

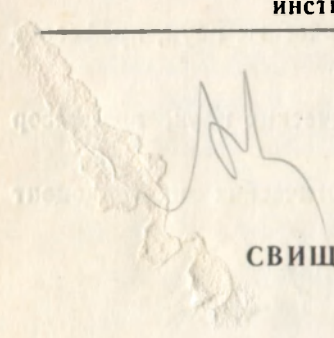
4517.158

С-249

Государственный центральный ордена Ленина  
институт физической культуры

---

На правах рукописи

  
СВИЩЕВ ИВАН ДМИТРИЕВИЧ

МОДЕЛИРОВАНИЕ ТЕХНИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ  
И ИХ ПОЭТАПНОЕ ОСВОЕНИЕ  
ДЗЮДОИСТАМИ СДЮСШОР  
14—15-летнего ВОЗРАСТА

13.00.04 — Теория и методика физического воспитания  
и спортивной тренировки

Автореферат  
диссертации на соискание ученой степени  
кандидата педагогических наук

Москва — 1987 год.

Работа выполнена в Государственном центральном ордена  
Ленина институте физической культуры.

Научный руководитель: доктор педагогических наук, профессор  
Г. С. Туманян

Официальные оппоненты: доктор педагогических наук, профессор  
В. П. Филин  
кандидат педагогических наук, доцент  
Г. М. Грузных

Ведущая организация: Всесоюзный научно-исследовательский  
институт физической культуры.

Защита состоится « 29 » 06 1987 г. в 15 часов  
на заседании Специализированного Совета № 046.04.01 Государст-  
венного центрального ордена Ленина института физической куль-  
туры, по адресу: Москва, Сиреневый бульвар, 4.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке института.

Автореферат разослан « 20 » 05 1987 г.

Ученый секретарь  
Специализированного Совета,  
кандидат педагогических наук,  
доцент

БИБЛИОТЕКА  
Львовского центра

Ю. Н. Примаков

### АКТУАЛЬНОСТЬ

Успехи в различных видах спортивной борьбы зависят от теоретических и экспериментальных исследовательских работ, посвященных технике единоборства, от использования перспективных путей ее совершенствования. (Алиханов И.И., 1977, Новиков А.А. 1977, Туманин Г.С., 1967, Нахмурадов В.А., 1975 и др.).

Процесс создания новых движений в борьбе дзюдо имеет далеко прослеживаемые перспективы. Однако, в практике ранее неизвестные приемы, выполняемые в соревнованиях не регистрируются и не обобщаются.

Противоречие, послужившее основой проведения исследования, возникло между применением дзюдоистами новых технических действий и отсутствием подходов к их разработке и обучению.

Проблема исследования заключалась в разработке подходов к конструированию новых технических действий и частных методик обучения.

**РАБОЧАЯ ГИПОТЕЗА.** Конструирование моделей новых технических действий, определение их пригодности выполнения, разработка и применение частных методик обучения этим приемам в учебно-тренировочном процессе позволит повысить эффективность обучения дзюдоистов, расширив при этом круг теоретических представлений о совершенствовании технико-тактической подготовки борцов.

**ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ.** Повысить качество освоения техники дзюдо борцами юношеского возраста на основе выявления подходов к конструированию новых приемов и экспериментального апробирования частных методик обучения.

**НАУЧНАЯ НОВИЗНА.** В результате проведенного исследования впервые:

- показана зависимость между характерными особенностями

выполнения технических действий и показателями их результативности в условиях спортивных соревнований;

- определены подходы к построению информационных наглядных волегай стоек к взаиморасположений дзвдмостов;

- систематизированы стойки-положения и взаиморасположения борцов в условиях обобщного захвата;

- выявлены характерные особенности взаиморасположений борцов;

- определены методики конструирования новых технических действий;

- экспериментально доказана пригодность выполнения новых способов выполнения технических действий;

- экспериментально проверена эффективность частных методик обучения новым техническим действиям на этапе начального разучивания и этапах формирования двигательного умения и навыка;

- доказана эффективность новых технических действий, входящих в состав такой группы бросков, посредством которых соперник опрокидывается назад, на спину, а атакующий борец находится к нему лицом;

- применены тренажерные конструкции "наклонная" и "угловая" платформы при обучении техническим действиям дзвдмостов (рационализаторские предложения № 47, 50; приоритет на авторскую заявку на изобретение № 3942204/14 (71716) от 22 мая 1985 года).

#### ПРАКТИЧЕСКАЯ ЗНАЧИМОСТЬ.

Практическая значимость работы состоит в том, что опираясь на разработанные нами подходы к образованию и освоению технических действий можно повысить эффективность обучения технике борьбы дзвдо посредством индивидуализированного подбора вариантов приемов наиболее подходящих для данного борца.

Результаты исследования могут быть использованы для оптимизации, индивидуализации, управления учебно-тренировочным процессом подготовки дзюдоистов.

Отдельные конкретные способы выполнения технических действий помещены в соответствующие разделы учебного материала программы для студентов тренерских факультетов ИЖК, а также в учебный материал программы для ДЮСШ, СДЮСШОР, ШВСМ, ИИСП.

Использование результатов исследования в учебно-тренировочном процессе дзюдоистов юношеского возраста способствует эффективному решению методических задач, управлению процессом обучения, повышению результативности используемых технических действий дзюдоистами, о чем свидетельствуют акты внедрения.

#### НА ЗАЩИТУ ВНОСЯТСЯ:

1. Основой подхода к конструированию технических действий является преобразование стоек дзюдоистов и их взаиморасположений в условиях спортивного поединка.

2. Инструментальная методика конструирования технических действий и поисковая методика варьирования двигательных задач.

3. Частные методики обучения вновь разработанным техническим действиям дзюдоистов СДЮСШОР 14-15-летнего возраста.

**СТРУКТУРА И ОБЪЕМ РАБОТЫ.** Работа состоит из введения, пяти глав, выводов, списка литературы, 24 приложений и содержит 160 страниц основного текста, 21 таблицу, 34 рисунка и библиографию из 190 наименований. Общий объем работы - 182 страницы.

#### ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

##### Задачи исследования:

1. Определить существенные особенности способов выполнения технических действий дзюдоистами.

2. Выявить основные подходы к построению моделей техниче-

ких действий.

3. Разработать и экспериментально апробировать новые варианты технических действий и частные методики их освоения.

Для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования: анализ научно-методической литературы, анкетирование; педагогические наблюдения; моделирование; лабораторный и педагогический эксперименты; методы математической статистика.

Экспериментальные исследования проводились в период с 1973 по 1985 год в три этапа. На первом этапе были определены рабочая гипотеза, цель и задачи исследования; анализировались и обобщались данные литературы; проведены педагогические наблюдения с одновременной стенографией технических действий в 2138 соревновательных поединках дзюдоистов на чемпионатах СССР, Европы, мира, Олимпийских играх; опрошено 50 ведущих тренеров страны. На втором этапе - определялись подходы к конструированию технических элементов борцов, создавались информационные, наглядные модели стоек и взаиморасположений борцов. Проанализировано 147456 моделей взаиморасположений борцов, изучены их характеристики в условиях соревновательной деятельности. Определялась степень пригодности выполнения новых технических действий и для них разрабатывались частные методики обучения.

На третьем этапе, в период с 1981 по 1985 год проводились педагогические эксперименты по обучению новым техническим действиям. Для частных методик обучения нами были разработаны и изготовлены тренажерные конструкции "наклонная" и "угловая" платформы.

#### ИССЛЕДОВАНИЕ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ПРАКТИКИ ДЗЮДОИСТОВ

В исследовании соревновательной практики дзюдоистов применялась традиционная методика регистрации технико-тактических

действий в соревновательных условиях.

Большое многообразие технических действий имеет общие особенности, по которым образовывались группы приемов, а затем эти группы объединялись в блоки. Определялась результативность групп и блоков приемов в условных единицах, в которые переводились оценки за проведение каждого приема. Выявлены следующие блоки и группы приемов, отличающиеся:

- 1) направлением падения партнера - вперед, назад в сторону;
- 2) акцентирующими действиями частями тела - руками, ногами, туловищем;
- 3) исходным положением - спиной к сопернику, находясь лицом к лицу с соперником;
- 4) опорой атакующего борца - стоя на одной ноге, стоя на двух стопах.

Определены наибольшие показатели результативности технических действий, входящих в группу:

- 1) "вперед" из блока, характеризующегося направлением падения партнера ( $0,52 \pm 0,06$ );
- 2) "туловищем" из блока акцентирующих действий частями тела ( $0,54 \pm 0,06$ );
- 3) "спиной к партнеру" - из блока с особенностями изменения исходного положения ( $0,65 \pm 0,07$ );
- 4) стоя на двух стопах - из блока определяемого с учетом опоры атакующего ( $0,426 \pm 0,048$ ).

Определены наименьшие показатели результативности технических действий, входящих в группы:

- 1) "назад" из блока, характеризующегося направлением падения партнера ( $0,28 \pm 0,03$ );

2) "руками" из блока акцентирующих действий частями тела ( $0,83 \pm 0,03$ );

3) "находясь лицом к лицу с соперником" из блока, определяемого с учетом исходного положения ( $0,27 \pm 0,03$ );

4) "стоя на одной ноге" из блока, определяемого по опоре атакующего ( $0,336 \pm 0,38$ ).

Полученные результаты свидетельствуют о том, что данный подход можно использовать для увеличения показателей технического разнообразия дзюдоистов. Однако, для конструирования технических действий он не подходит, так как не отражает связи между взаимными положениями борцов, как важных компонентов, определяющих структурные особенности технических действий. Исследование стоек и взаиморасположений дзюдоистов позволило нам определить подходы к созданию новых приемов.

#### МОДЕЛИРОВАНИЕ ТЕХНИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ

Материальное или мысленное имитирование реально существующей системы, путем конструирования моделей, в которых воспроизводятся принципы ее организации и функционирования, определяет процесс моделирования. Понятие "модель" и производное от него понятие "моделирование" представляет собой важные гнессеологические категории, отражающие существенные особенности познавательного процесса (Л.Н.Столович, 1985). Моделирование как метод научного познания представляет собой воспроизведение формы или некоторых свойств предметов или явлений с целью изучения свойств каких-либо объектов с помощью других объектов, являющихся их моделью. Метод моделирования позволяет получить знание об исследуемом объекте или явлении не путем непосредственного изучения, а путем изучения аналогичного явления на модели.

Под моделированием технических действий мы понимаем процесс



познания элементов противоборства соперников путем экспериментирования с различными моделями стоек и взаиморасположений дзюдоистов в условиях спортивного поединка.

Нами использовались наглядные информационные модели. Наглядность модели выражается в создании возможности для визуального поиска информативной системы признаков, характеризующих стойки и взаиморасположения дзюдоистов. В информационную наглядную модель стоек борцов входят компоненты, характеризующие:

положение стоп - правое, левое, фронтальное; положение туловища - прямое, полупрямое, согнутое, прогнутое; положение ОЦМ звеньев тела к площади опоры - низкое, среднее, высокое (рис.1).



Рис.1 Наглядная информационная модель образования стоек дзюдоистов

Описание конкретной стойки проходит по следующей схеме: указывается положение туловища, стоп и затем ОЦМ (общий центр масс) звеньев тела по отношению к площади опоры.

Информационная наглядная модель взаиморасположений включает в себя стойки дзюдоистов, находящихся в оборонном захвате. (рис.2)

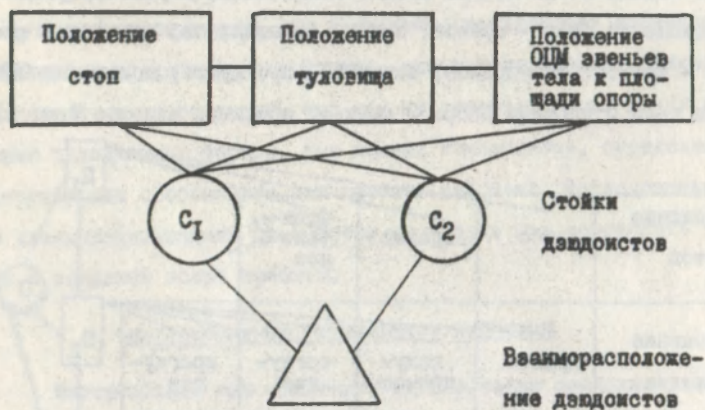


Рис.2 Информационная наглядная модель взаиморасположений дзюдоистов.

Главным отличительным признаком разграничения взаиморасположений определена симметрия. Под симметрией мы понимаем соразмерность положений частей тела борцов, расположенных по обе стороны от середины, определяемой условной линией, образованной проекцией точки ОЦМ тел дзюдоистов на общую площадь опоры.

Взаиморасположения, в которых оба дзюдоиста находятся в одинаковых стойках, определены как симметричные. Взаиморасположения, в которых стойка одного борца отличается от стойки другого, считают асимметричными. При этом симметричные взаиморасположения подразделяются на зеркальные и тождественные.

Процесс конструирования технических действий в борьбе дзюдо включает постановку задачи, замысел; решение задачи, нахождение новой идеи; разработку идеи, конструктивное её воплощение; описание и классифицирование моделей; определение эффективности выполнения действия.

Для образования моделей технических действий дзюдоистов использовались две поисковые методики. Первая, инструментальная, основанная на поиске новых технических действий с помощью поискового полигона и инструмента. Вторая — основана на логическом поиске решений двигательных задач в системе технических действий дзюдоистов в условиях спортивного поединка.

Главной задачей конструирования является создание новых способов выполнения технических действий. В идеальном случае должна быть возможность сконструировать новую технику борьбы дзюдо.

В инструментальной методике для конструирования новых технических действий изготавливался поисковый комплекс, который состоял из поискового инструмента и поисковой таблицы.

Поисковый инструмент состоял из круга и подвижного сегмента. Круг изготавливался из прозрачного материала и градуировался в соответствии со шкалой градусов от 0 до 360°. В подвижный сегмент вставлялась таблица с символом одной из 48 стоек, определенных ранее (рис.3).

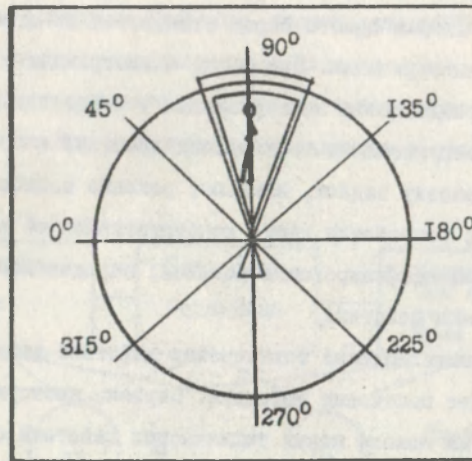


Рис.3 Поискный инструмент

Поле поисковой таблицы расчерчивалось для символов 48 стоек борца, которые рассматривались под различными углами с интервалом в  $45^\circ$  в диапазоне от 0 до  $360^\circ$  (рис.4).

Поисковая таблица включала 384 положения дзюдоиста. Накладывая поискный инструмент на поисковую таблицу и совмещая изображение положения дзюдоиста на сегменте с изображением положения борца на поисковой таблице получали взаиморасположение дзюдоиста относительно соперника.

	I	2	3	4	5	6	7
III							
II2							
II3							
I21							
I22							
I23							

Рис.4 Фрагмент поисковой таблицы

Сопоставление 384 положений дзюдоиста с таким же количеством положений соперника позволяет получить 147456 взаиморасположений. Взаиморасположения записываются двумя сериями цифр. Первая серия цифр описывает стойку дзюдоиста, вторая серия - стойку соперника. В каждой серии первые три цифры характеризовали стойку дзюдоиста, а четвертая указывала, под каким углом

к оси прямоугольных координат этой стойка рассматривалась (рис. 4).

Инструментальная поисковая методика конструирования технических действий включает 4 стадии: поисковую, стадию опознания и классифицирования, опробывания, стадию анализа.

Особенностью инструментальной методики явилось применение конкретных инструментов для построения приемов, что обеспечивает наглядность процесса конструирования новых технических действий.

В основе методики конструирования технических действий с использованием варьирования решений двигательных задач лежит преобразование традиционного способа выполнения технического действия в нетрадиционный. При этом процессе конструирования нового приема включал три стадии: поисковую, преобразующую и стадию опробывания.

#### РЕЗУЛЬТАТЫ МОДЕЛИРОВАНИЯ ТЕХНИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ

В условиях спортивного поединка наиболее часто создаются взаиморасположения несимметричные, реже симметричные (рис.5). В одном поединке образуется  $8,97 \pm 1,21$  симметричных взаиморасположений, из них  $6,44 \pm 0,58$  - зеркальных,  $2,53 \pm 0,28$  - тождественных.

Установлено, что из симметричных зеркальных и тождественных взаиморасположений атакующие действия борцами не выполнялись.

Асимметричные взаиморасположения образовывались в поединке  $26,93 \pm 3,58$  раз, при этом с незначительным нарушением симметрии  $16,73 \pm 2,24$  и со значительным -  $10,20 \pm 1,02$ .

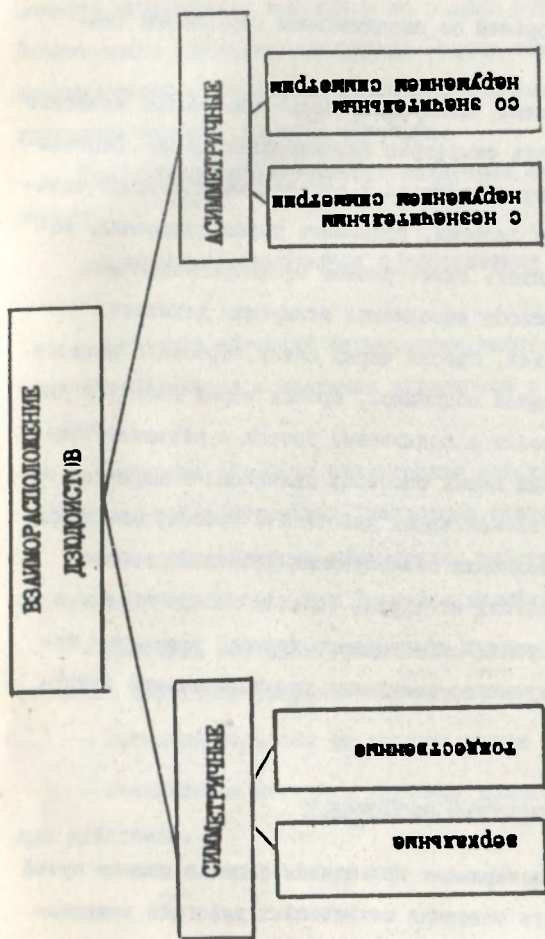


Рис.5 Схема взаиморасположений диэдистов в спиральном поединке

Наибольшее количество попыток выполнения атакующих действий зафиксировано из взаиморасположений с незначительным нарушением симметрии -  $7,0 \pm 0,65$ , а оцениваемых приемов получалось больше из взаиморасположений со значительным нарушением симметрии -  $3,0 \pm 0,20$ .

Для выполнения приема, атакующему борцу необходимо изменить свое положение и нарушить симметрию взаиморасположения. Защищаемому дзэдоисту следует стремиться к сохранению симметрии взаиморасположений, другими словами, принимать такие положения, которые возводят образовывать симметричные взаиморасположения.

Выявлены новые способы выполнения атакующих действий: броски с задней подножкой, броски через спину, броски с зацепом изнутри, броски с передней подножкой, броски через голову с упором стопой в живот, броски с подхватом, броски с отхватом. Характерными особенностями новых способов явились: изменения, определяющие количество элементарных действий в броске; изменения последовательности выполнения элементарных действий; замена одних элементарных действий на другие (наклон на прогиб и т.п.); изменения направлений усилий проводящего бросок; изменение исходного положения атакуемого; изменение предварительных действий атакующего.

#### ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ЭКСПЕРИМЕНТ

Педагогический эксперимент проводился с целью поиска путей повышения эффективности освоения технических действий дзэдоистами СДЮСШОР 14-15-летнего возраста. Логика эксперимента сводилась к тому, чтобы выбирать группы и создавая экспериментальные ситуации, с помощью разработанных нами методик освоения новых



технических действий, проследить величины изменений показателей результативности у дзюдоистов юношеского возраста.

Основная задача первой части эксперимента заключалась в проверке эффективности применения частных методик обучения дзюдоистов техническим действиям на разных этапах их освоения. Вторая часть эксперимента решала задачу обучения и совершенствования новым техническим действиям с использованием всего комплекса частных методик обучения.

Проверялась эффективность следующих частных методик обучения:

- методика формирования представления о техническом действии;
- методика обучения техническим действиям при различных способах сближения и удаления дзюдоистов в условиях обводного захвата;
- методика обучения техническим действиям с использованием тренажерной конструкции "наклонная платформа";
- методика обучения техническим действиям с использованием тренажерной конструкции "угловая платформа";
- методика обучения техническим действиям при программированных действиях спарринг-партнеров;
- методика обучения дзюдоистов новым способам защиты;
- комплексная методика обучения дзюдоистов новым атакующим действиям.

## РЕЗУЛЬТАТЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ЭКСПЕРИМЕНТА

В результате проведенного эксперимента получены данные, свидетельствующие об эффективности экспериментальных частных методик, применяемых на различных этапах обучения.

На начальном этапе обучения использование методики формирования зрительно-логического и двигательного представления о приеме возвоило повысить результативность изучаемых технических действий дзюдоистов экспериментальной группы. Данные, приведенные в таблице I, показывают, что применение данной методики позволяет повысить результативность технических действий дзюдоистов экспериментальной группы по сравнению с аналогичными показателями у борцов контрольной группы ( $P < 0,05$ ).

Табл. I.

Применение методики обучения техническим действиям на этапе формирования двигательного умения при различных способах сближения и удаления дзюдоистов существенно влияет на качество освоения изучаемых действий. Так, прирост результативности приемов у дзюдоистов экспериментальной группы, в которой применялась данная методика, составил 32,5%, у борцов контрольной - 23,5% ( $P < 0,05$ ). Табл. I.

Методика обучения техническим действиям с использованием тренажерной конструкции "наклонная платформа" позволяет повысить результативность технических действий. В результате применения вышеуказанной методики прирост показателей результативности приемов в экспериментальной группе составил 31,2%, в контрольной - 10,7% ( $P < 0,05$ ). Табл. I.

При использовании методики обучения приемам на тренажерной конструкции "угловая платформа" показатели их результатив-

Таблица I

Изменения среднegrупповых значений показателей результативности технических действий при использовании частных методик на различных этапах обучения

№ п/п	Этапы обучения	Частные методики обучения	Группы	Исходные данные X ± S V%	Конечные данные X ± S V%	Прирост п, %
1.	Этап начального этапа обучения	Формирование зрительного-логического представления о технических действиях	Экспериментальная	5,40 ± 0,42 7,7	8,03 ± 0,57 7,0	26,3*
			Контрольная	5,45 ± 0,48 8,8	6,97 ± 0,54 7,7	15,2*
2.	Этап углубленного обучения	Методика обучения при различных способах обложения и удаленности для доксов	Экспериментальная	5,76 ± 0,62 10,7	9,01 ± 0,83 9,2	32,5*
			Контрольная	5,71 ± 0,59 10,4	8,06 ± 0,94 11,6	23,5*
3.	Этап завершения дальнейшего совершенствования	Методика обучения с использованием тренировки "наклонная платформа"	Экспериментальная	5,19 ± 0,47 9,0	8,31 ± 0,55 6,6	32,2*
			Контрольная	5,03 ± 0,32 6,0	6,10 ± 0,38 6,2	10,7*
		Методика обучения с использованием тренировки "угловая платформа"	Экспериментальная	4,01 ± 0,28 7,0	5,88 ± 0,34 5,0	18,7*
			Контрольная	3,82 ± 0,21 5,5	4,37 ± 0,28 6,0	5,5*
Методика совершенствования технических действий при проведении соревнований	Экспериментальная	3,04 ± 0,32 10,5	4,65 ± 0,39 8,0	18,1*		
	Контрольная	3,11 ± 0,29 9,0	3,77 ± 0,34 9,0	6,6*		

\* - прирост результативности технических действий достоверен для уровня значимости X=0,05

ности возросли у дзюдоистов экспериментальной группы на 1,32 усл.ед. по сравнению с аналогичными показателями у борцов контрольной группы ( $P < 0,05$ ). Табл. I.

Применение методики совершенствования приемов при программированных действиях позволяет повысить результативность технических действий. Так, прирост показателей результативности технических действий в экспериментальной группе составил 18,1%, в контрольной - 6,6% ( $P < 0,05$ ). Таблица I.

При обучении новым способам защитных действий получены данные, свидетельствующие о повышении эффективности защиты дзюдоистов. В экспериментальной группе прирост эффективности защиты составил 15,4%, в контрольной - 3,2% ( $P < 0,05$ ).

Применение комплексной методики при обучении новым атакующим действиям способствует повышению результативности изучаемых действий у дзюдоистов экспериментальной группы на 15,0%, контрольной - на 7,0%. ( $P < 0,05$ ).

Таким образом, применение экспериментальных методик обучения техническим действиям существенно повышает результативность изучаемых действий дзюдоистов 14-15 летнего возраста.

## ВЫВОДЫ

I. Проведенное исследование показало, что разработку подходов к конструированию новых технических действий следует осуществлять, используя особенности образования стоек и взаиморасположений дзюдоистов в условиях оборонного захвата. Основными подходами к конструированию приемов в борьбе дзюдо определены: I) инструментальный, характеризующийся тем, что с целью выявления новых вариантов приемов с помощью поискового инструмента и поисковой таблицы производится поиск, объединение отдельных

фаз в целостное действие, опознание, описание, классифицирование и поробывание; 2) поисковый, основывающийся на использовании принципа варьирования двигательных задач и характеризующийся тем, что с целью выявления новых приемов производится варьирование количества двигательных задач, содержания и условий, а также последовательности их решения.

2. Определены четыре группы характерных особенностей выполнения технических действий: 1) по направлению падения партнера (вперед, назад, в сторону); 2) по акцентирующим действиям частями тела (руками, ногами, туловищем); 3) по исходному положению и особенностями его изменения (с поворотом-спиной к партнеру, без поворота - находясь к нему лицом); 4) по особенностям опоры (стоя на двух стопах, стоя на одной стопе).

3. Выявлены технические действия, применяемые дзюдоистами, с помощью которых соперник переворачивается через голову и падает вперед в 1,8 раза результативнее технических действий, посредством которых соперник опрокидывается назад, на спину. Броски с акцентирующими действиями туловищем ( $0,54 \pm 0,06$ ) результативнее бросков с акцентирующими действиями ногами ( $0,357 \pm 0,04$ ), руками ( $0,23 \pm 0,03$ ). Броски, выполняемые с поворотом спиной к сопернику в 2,4 раза результативнее бросков, выполняемых без поворота. Результативность бросков, при выполнении которых дзюдоист стоит на двух стопах ( $0,426 \pm 0,048$ ), выше результативности применяемых бросков, при выполнении которых борец стоит на одной стопе ( $0,336 \pm 0,038$ ).

4. Доказано, что при различных взаиморасположениях, условная точка ОЦМ тел дзюдоистов по разному проецируется на общую площадь опоры. Установлено, что при симметричных взаиморасположениях дзюдоистов - зеркальных, тождественных - проек-

ция указанной точки стремятся к центру площади опоры, а при ассиметричных взаиморасположениях борцов - значительно отклоняется от центра. Выявлено, что предпосылками к проведению обобщенных атак дзюдоистов являются отклонения проекции точки ОЦМ тел борцов от центра общей площади опоры. Одновременно установлено, что ассиметричные взаиморасположения позволяют развить атаку, что характеризует их результативные свойства, а симметричные взаиморасположения обладают защитными свойствами.

5. Экспериментально обоснована эффективность частных методик обучения новым техническим действиям на этапе начального разучивания, на этапах формирования двигательного умения и навыка.

6. Установлено, что обучение новым способам выполнения технических действий повышает эффективность нападения на 8%. Обучение новым защитным действиям повышает эффективность защиты дзюдоистов на 12,2%.

7. Показано, что результативность новых способов выполнения бросков, посредством которых соперник опрокидывается назад, на спину, атакующим борцом, находящимся лицом к нему выше  $(0,20 \pm 0,22)$ , чем результативность общепринятых бросков  $(0,15 \pm 0,02)$ , что является важным в решении проблемы многолетнего отставания отечественных дзюдоистов от зарубежных в результативности выполнения данной группы приемов.

8. Установлено, что использование частных методик обучения новым техническим действиям в процессе подготовки дзюдоистов СДЮСШОР 14-15 летнего возраста, способствует существенному повышению показателей результативности приемов экспериментальной группы (15%) по сравнению с аналогичными показателями контрольной группы (7%).

## Список работ, опубликованных по теме диссертации.

1. Свищёв И.Д. Тактико-техническая подготовленность дзюдоистов различного возраста и квалификации // Спорт.борьба. - М.: Физкультура и спорт, 1975 - С. 20-23.
2. Свищёв И.Д. Взаиморасположение дзюдоистов в поединке // Спорт. борьба. - М.: Физкультура и спорт, 1977 - С. 7-9.
3. Свищёв И.Д. Поведение дзюдоиста в поединке // Спорт.борьба. - М.: Физкультура и спорт, 1978 - С. 21-23.
4. Свищёв И.Д. Программа для интернатов спортивного профиля по дзюдо. - М.: 1977 - 117 с.
5. Свищёв И.Д. Система подготовки ближайшего резерва в борьбе дзюдо. - М.: 1979 - 72 с.
6. Свищёв И.Д. Анализ тактико-технических действий сильнейших дзюдоистов мира //Спорт.борьба. - М.э Физкультура и спорт, 1981 - С.4-7.
7. Свищёв И.Д. Исследование ситуаций и анализ некоторых приемов в борьбе дзюдо // Теория и практика физ.культуры - 1981 - № I - С. 4-7.
8. Свищёв И.Д. Методические рекомендации по обучению основным приемам борьбы дзюдо. - М.: 1982 - 35 о.
9. Свищёв И.Д. Борьба дзюдо: программа для тренерских факультетов ИФК. - М., 1984 - 112 с.
10. Свищёв И.Д. Конструирование новых атакующих действий в борьбе дзюдо // Спорт.борьба. - М.: Физкультура и спорт, 1985 - С.21-24.