

4517.157

X-140

ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОРДЕНА ЛЕНИНА  
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

На правах рукописи

ХАДИШИН Бек Сембекович

СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ  
СОРЕЗНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ БОРЦА САМБИСТА

ИЗ.00.04 – Теория и методика физического  
воспитания и спортивной тренировки

А в т о р е ф е р а т  
диссертации на соискание ученой степени  
кандидата педагогических наук

Москва – 1989

КО-  
И  
лабых сто-  
икации весь-

4517.157

X-140

Работа выполнена в Государственном Центральном  
ордена Ленина институте физической культуры

Научный руководитель – кандидат педагогических наук,  
профессор ЧУМАКОВ Е.М.

Официальные оппоненты: доктор педагогических наук,  
профессор ТЫШЛЕР Д.А.  
кандидат педагогических наук,  
профессор РЫБАЛКО Б.М.

Ведущая организация: Всесоюзный научно-исследовательский  
институт физической культуры

Защита диссертации состоится "18" 04 19 89 г.  
в 13<sup>30</sup> час. на заседании специализированного совета  
К 046.01.01 Государственного центрального ордена Ленина  
института физической культуры, по адресу: Москва, Сиреневый  
бульвар д.4.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке института.

Автореферат разослан "18" 03 19 89 г.

Ученый секретарь  
специализированного совета  
кандидат педагогических  
наук, доцент

Ю.Н.Примаков

БИБЛИОТЕКА  
Львовского гос.  
института физической культуры

1808/1

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность. Совершенствование уровня подготовленности отдельных спортсменов и команд в целом рассматривается как одно из наиболее важных направлений в развитии спортивной борьбы. При этом особое значение приобретает проблема контроля оптимальной готовности к соревновательной деятельности спортсменов, приуроченной к началу конкретных соревнований.

Существующая практика организации педагогического контроля не полностью отвечает современным требованиям, связанным с перспективой включения борьбы самбо в программу Олимпийских игр, увеличивающейся конкуренцией со стороны зарубежных самбистов на чемпионатах мира и Европы. Различные аспекты проблемы управления тренировочным процессом являлись предметом исследований целого ряда ведущих специалистов как в нашей стране (В.М.Дьячков, 1970; М.А.Годик, 1980; В.М.Защипорский, 1979; В.А.Запорожанов, 1982; Н.Г.Озолин, 1970; Г.С.Туманян, 1982 и др.), так и за рубежом (Д.Харре, 1977; Р.Петров, 1969 и др.). Сложность заключается в том, что в борьбе самбо подготовленность спортсмена относительна. Она определяется через подготовленность его соперника. Как известно, подготовленность самбистов к соревновательной деятельности - обобщенное состояние. Управление подготовкой спортсменов требует срочной информации о состоянии подготовленности борца, выявления достоинств и недостатков, постановку задач для тренировки. Поэтому исследование средств и методов педагогического контроля соревновательной деятельности, динамики технико-тактической подготовки, а также разработка индивидуальных и групповых модельных характеристик с учетом сильных и слабых сторон подготовленности борцов-самбистов высокой квалификации весьма актуальны.

Рабочая гипотеза исследования основана на предположении, что использование выявленных педагогическими наблюдениями индивидуальных и групповых показателей соревновательной деятельности позволит создать модельные характеристики технико-тактической подготовки, ориентировка на которые повысит эффективность педагогического контроля и самоконтроля за ходом тренировочного процесса.

Цель работы заключалась в совершенствовании средств и методов технико-тактической подготовки борцов-самбистов высокой квалификации на основе моделей индивидуальных и групповых показателей соревновательной деятельности.

Научная новизна. Состоит в совершенствовании методов педагогического контроля и самоконтроля как одного из факторов системы управления тренировочным процессом, на основе моделирования, в научном обосновании критериев оценки соревновательной деятельности борцов-самбистов высокой квалификации и особенностей их применения при подготовке к соревнованиям.

Впервые разработаны и внедрены в практику: новая методика самоконтроля борца-самбиста, базирующаяся на сильных и слабых сторонах подготовленности (своих и соперников), а также модели соревновательной деятельности, включающие:

- совершенствование приемов нападения и защиты, определенным по сильным соперникам в зависимости от степени совершенства навыков и задач тактической подготовки;
- задачи достижения в тренировке модельных показателей соревновательной деятельности (активности (частоте применения приемов), общей и эффективной вариативности (разнообразия), эффективности нападения и защиты, общей результативности);
- подбор соперников с учетом тактики и способа ведения схваток основных конкурентов.

По результатам контроля за показателями соревновательной

деятельности были разработаны:

- целевые модельные показатели технико-тактической подготовленности, необходимые для достижения запланированного спортивного результата;

- система оперативного и текущего контроля за состоянием выполнения запланированной программы;

- методы коррекции намеченных планов.

Практическая значимость результатов исследования. Простота использования в практике методов и средств контроля. Срочная информация о ходе тренировочного процесса, которая может быть получена спортсменом и тренером. Возможность регулировать тренировочный процесс не только в ходе одной тренировки, но и в ходе одной схватки. Рекомендации о способах подбора партнеров для тренировки, позволяют регулировать ход формирования навыка борьбы. Значимость методов и средств педагогического контроля подтверждена практикой подготовки сборной команды СССР к чемпионату мира. Результаты исследования внедрены в практику и применяются в процессе подготовки борцов высокой квалификации к крупнейшим соревнованиям.

На защиту выносятся следующие основные положения:

- для применения в повседневной практике работы тренеров наиболее удобным средством педагогического контроля являются визуальные наблюдения деятельности спортсменов в ходе борьбы;

- достоинства и недостатки подготовки спортсмена (команды) можно определить сравнением показателей соревновательной деятельности борцов-самбистов;

- совмещение спортсменом системы тренировочных заданий с самоконтролем их выполнения, повышает эффективность педагогического контроля;

- подбор спарринг-партнеров, позволяет привести результаты

деятельности спортсмена в соответствие с параметрами заданных моделей;

— целевая модель соревновательной деятельности может служить основой построения учебно-тренировочного процесса индивидуальной и групповой (командной) подготовки борцов-самбистов.

Структура и объем диссертации. Работа содержит пять глав, включающих теоретические предпосылки (I гл.), задачи, методы и организацию исследования (II гл.), результаты исследования (III, IV главы) и их обсуждение (V гл.). Общий объем работы 187 страниц машинописи, в тексте содержится 19 таблиц и 14 рисунков. Список литературы включает 182 источника, в том числе 167 отечественных и 15 зарубежных. В приложении помещены вспомогательные материалы.

#### ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Исходя из цели исследования, задачи были сформулированы следующим образом:

1. Выявить рекомендуемые методы педагогического контроля подготовленности спортсмена.
2. Выявить мнение специалистов об эффективности методов педагогического контроля соревновательной деятельности.
3. Проверить эффективность средств и методов педагогических наблюдений соревновательной деятельности борца-самбиста.
4. Проверить эффективность средств и методов педагогического контроля и самоконтроля в процессе подготовки к соревнованиям.

Для решения поставленных задач применялись следующие основные методы исследований:

1. Анализ литературных источников и документальных материалов.
2. Анкетирование, собеседование, интервьюирование.
3. Педагогические наблюдения.

4. Педагогический эксперимент.
5. Методы математической статистики.

Исследования осуществлялись в два этапа: предварительный и основной.

На предварительном этапе проводился анализ литературы (182 автора). Анкетный опрос 127 тренеров проводился с июля 1983 г. по февраль 1984 г. Установлено, что мнения тренеров (заслуженных тренеров СССР и республик, всего 70 человек) по многим вопросам расходятся. Разделились мнения по вопросу о значимости в соревновательной деятельности сторон подготовленности: 77,2% тренеров считали наиболее значимой технико-тактическую, 12,6% - физическую, 10,2% - теоретическую сторону.

Педагогический контроль соревновательной деятельности борца-самбиста, определяющий успешность достижения спортивных результатов, является основой в учебно-тренировочном процессе подготовки сильнейших борцов страны.

Чтобы проверить эффективность средств и методов педагогических наблюдений соревновательной деятельности, проводилось сравнение данных, полученных различными способами фиксации действий борцов в соревнованиях. Всего сравнивались 6 различных способов регистрации (стенографирование, хронометрирование, видеосъемка, фотосъемка, киносъемка и визуальная фиксация).

При проверке эффективности средств регистрации соревновательной деятельности борца (табл. I), было установлено, что для фиксации данных могут быть использованы все перечисленные средства педагогического контроля. В то же время, установлено, что использование стенографической записи наиболее просто, экономично и достаточно эффективно.

Регистрация технико-тактических действий самбистов осуществ-

Таблица I

Сравнительная эффективность средств контроля показателей соревновательной деятельности / (+) - можно, (-) - нельзя, (x) - можно частично/

| Показатели<br>Средства | Возможность определения показателей |                |                |    |   | Операции   | Всего операций |
|------------------------|-------------------------------------|----------------|----------------|----|---|--|----------------|
|                        | A                                   | B <sub>0</sub> | B <sub>3</sub> | Э% | R |  |                |
| Фото                   | -                                   | x              | x              | -  | - | - фотосъемка<br>- проявление и закрепление фотопленки  | 3              |
| Визуальный             | -                                   | x              | x              | -  | x | - наблюдение визуальное)<br>- фиксация в протоколе<br>- по памяти  | 2              |
| Кино                   | +                                   | +              | +              | +  | + | - киносъемка<br>- проявление киноплемки (негатива)<br>- изготовление позитивов<br>- просмотр киноплемки со стенографической фиксации в протоколе<br>- математическая обработка | 5              |
| Видеомагнитофон        | +                                   | +              | +              | +  | + | - видеосъемка<br>- просмотр со стенографической фиксации в протоколе<br>- математическая обработка   | 3              |
| Стенографирование      | +                                   | +              | +              | +  | + | - стенографирование (в протоколе)<br>- математическая обработка  | 2              |



влялась с помощью системы символов, разработанных Е.М.Чумаковым в 1953 г. и модифицированных нами, наблюдения осуществлялись как в ходе тренировочных схваток (учебно-тренировочные сборы сборных команд Каз.ССР, г.Москвы и СССР), так и в соревнованиях на Кубок СССР 1982, 1983 гг., Спартакиаде народов СССР 1983 г., Чемпионате СССР 1983, 1984 гг., Кубке СССР 1984 г. и Чемпионате мира 1984 г., на основании педагогических наблюдений определялись показатели соревновательной деятельности самбистов.

#### Педагогический эксперимент

Чтобы проверить эффективность средств и методов педагогического контроля и самоконтроля в процессе подготовки к соревнованиям в 1984 г. был проведен основной педагогический эксперимент.

На первом этапе с 14 по 18 февраля 1984 г. проводилось комплектование экспериментальной группы (отбор в сборную команду СССР). Для этого на чемпионате страны в г.Рыбинске проводились педагогические наблюдения, по результатам педагогических наблюдений определялись исходные показатели соревновательной деятельности кандидатов в сборную команду СССР. В состав испытуемых были отобраны 20 человек (7 заслуженных мастеров спорта СССР, 9 мастеров спорта СССР международного класса и 4 мастера спорта СССР). Из них: 9 – победители Кубка мира, чемпионы мира и Европы, 2 – чемпионы мира среди юниоров, 6 – чемпионы и призеры чемпионатов и Кубков СССР.

С 12 марта по 5 апреля 1984 г. проводился второй этап основного эксперимента. На нем проводилось ознакомление экспериментальной группы с методами самоконтроля. Предварительно на основании исходных показателей соревновательной деятельности и модельных показателей соревновательной деятельности борцов-самбистов высокой квалификации была разработана карта самоконтроля

каждого борца-самбиста, она включала его показатели соревновательной деятельности и рекомендации по индивидуальному совершенствованию приемов нападения и защиты.

В конце этапа спортсмены получили задания для самостоятельной тренировки на местах в период с 5 апреля по 18 мая 1984 г. Задания были зафиксированы в индивидуальных картах самоконтроля.

С 18 мая по 13 июня 1984 г. в Олимпийском спорткомплексе "Стайки" (г. Минск) на тренировочном сборе по подготовке к чемпионатам мира и Европы был проведен третий этап основного педагогического эксперимента.

#### Результаты исследования

Проверка эффективности предложенных методов и средств повышения уровня готовности самбистов осуществлялась на основе общих принципов управления системой подготовки спортсменов высокой квалификации. Для этого на чемпионате мира 1983 г. (предварительное наблюдение Н-0), чемпионате СССР 1984 г. (наблюдение 1(Н-1), контрольно-соревновательных схватках (наблюдение 2(Н-2), наблюдение 3(Н-3) и чемпионате мира 1984 г. (наблюдение 4(Н-4) было проанализировано 455 схваток, в которых зафиксировано 4134 технико-тактических действий.

Целевая модель была составлена на основе анализа показателей соревновательной деятельности чемпионов мира 1983 г. Установлено, что самбисты экспериментальной команды превосходили целевую модель по общей и эффективной вариативности нападения, результативности защиты, но уступали в количестве попыток выполнения приемов в I мин, по сумме попыток выполнения приемов в I мин, по количеству попыток применения приемов за схватку и по сумме попыток выполнения приемов за схватку. Особенно заметно самбисты экспериментальной команды отставали по такому важному показателю,

как эффективность нападения.

На основе анализа результатов педагогических наблюдений (стенографирования и видеозаписи) проведенных поединков были составлены модельные показатели соревновательной деятельности сборных команд СССР (Н-0) (предварительное наблюдение), которые сравнивались с показателями борцов сборных команд МНР и НРБ.

Отмечено, что чем выше спортивный результат, тем выше показатель активности в нападении и ниже в защите. Самбисты сборной команды СССР в нападении вели соревновательные схватки с активностью 2,52 попытки в мин, а в защите - 1,40 попыток в мин. Тогда как у призеров, членов сборных МНР и НРБ в нападении активность составляла соответственно 2,20 и 0,80; в защите - 1,70 и 0,80 попыток в мин. Различие между значениями активности в мин сборных команд СССР, МНР и НРБ недостоверно ( $P > 0,05$ ). Однако с наивысшей активностью ( $P > 0,05$ ) вели борьбу самбисты, ставшие чемпионами мира (целевая модель) - 2,32 попытки в мин.

Показатель общей вариативности приемов нападения у самбистов сборной команды СССР (6,8) и целевой модели (6,8) равны ( $P > 0,05$ ). Уступая самбистам сборной МНР ( $P > 0,05$ ) самбисты сборной СССР превосходили сборную НРБ ( $P < 0,05$ ). В защите сборная команда СССР по общей вариативности превосходила команды МНР ( $P < 0,01$ ), НРБ ( $P < 0,001$ ) и целевую модель ( $P > 0,05$ ).

По показателям эффективности выполнения приемов нападения сборная СССР уступала сборной команде МНР ( $P > 0,05$ ) и целевой модели ( $P > 0,05$ ), но вместе с тем существенно превосходила сборную команду НРБ ( $P < 0,001$ ). В защите сборная команда СССР также существенно превосходила сборную НРБ ( $P < 0,001$ ) и незначительно сборную МНР ( $P > 0,05$ ), уступая при этом целевой модели ( $P > 0,05$ ). Заметное преимущество сборной команды СССР наблюдается по результативности нападения (количестве баллов в мин) над сборными МНР

( $P < 0,01$ ), НРБ ( $P < 0,001$ ) и целевой моделью ( $P > 0,05$ ).

Анализ показателей соревновательной деятельности самбистов сборной команды СССР позволил установить, что по сравнению с остальными членами команды, относительно низкая эффективность нападения, в среднем за схватку, наблюдалась в весовых категориях до 90, 100 и свыше 100 кг; эффективность защиты — до 62,74 и свыше 100 кг; общая результативность — до 52,57 и 90 кг. Сравнение показателей соревновательной деятельности самбистов сборных команд СССР, МНР и НРБ позволило установить, что самбисты сборной команды СССР уступали сборным: МНР по результативности попытки выполнения бросков выведением из равновесия (0,53), захватом ног (2,03), подсечкой (0,24), подхватом (0,20), через спину (1,20); НРБ — подсечкой (0,50), зацепами (0,71), через спину (0,80). В защите по количеству проигранных баллов уступали самбистам сборных: МНР в выведении из равновесия (0,13), захватом ног (0,20), подсечек (0,03), зацепов (0,10), через спину (0,20); НРБ — подсечек (0,00), зацепов (0,2), через спину (0,3).

Как показывает анализ показателей соревновательной деятельности, самбисты сборной команды СССР при относительно небольшой частоте попыток применения превосходили в эффективности и результативности их выполнения сборные команды МНР — по выполнению подножек (36,84% ; 0,42), удержаний (55,60% ; 0,40), болевых на руки (25,00% ; 2,3), болевых на ноги (66,70% ; 2,7); НРБ — в выведении из равновесия (60,00% ; 0,2), подножек (36,84% ; 0,42), через грудь (44,44% ; 0,23), удержании (55,60% ; 0,40), болевых на руки (25,00% ; 2,3), болевых на ноги (66,70% ; 2,7).

Сравнительный анализ показателей соревновательной деятельности самбистов сборных команд СССР, МНР и НРБ позволил объективно оценить сильные и слабые стороны в подготовленности вышеуказанных команд.

В соответствии с выявленными расхождением, основным требованием в индивидуальной и общекомандной подготовке самбистов стало развитие отстающих и совершенствование остальных сторон подготовленности. Была разработана программа подготовки, в которой больше внимания (времени) уделялось совершенствованию тех сторон показателей, которые были ниже модельных. При этом ставилась цель - повысить уровень одних характеристик соревновательной деятельности и, как минимум, сохранить на прежнем уровне другие показатели.

Разработанной программой было предусмотрено проведение тренировочных схваток в трех микроциклах. Предполагалось, что ориентировка борцов на индивидуальные и групповые модельные показатели соревновательной деятельности повысит эффективность педагогического контроля и самоконтроля за ходом тренировочного процесса.

По итогам 2-го микроцикла (Н-2) обнаружилось преобладающее значение в нападении: активности за схватку ( $P < 0,05$ ), общей активности за схватку ( $P < 0,05$ ), общей вариативности выполнения приемов ( $P < 0,001$ ), эффективной вариативности ( $P < 0,001$ ), результативности количества баллов за схватку ( $P < 0,001$ ) и общей результативности ( $P < 0,001$ ). По остальным показателям соревновательной деятельности в нападении достоверных различий не обнаружено.

В защите экспериментальная группа (Н-2) уступала показателям целевой модели по общей вариативности ( $P < 0,001$ ), эффективной вариативности ( $P < 0,001$ ) и эффективности схватки ( $P < 0,001$ ), остальные показатели экспериментальной группы при 5%-ном уровне значимости недостоверны. Подобная тенденция свойственна и при сравнении итоговых показателей соревновательной деятельности

Н-1 (чемпионат СССР 1984 г.) и Н-2.

Результаты педагогических наблюдений в последних контрольно-соревновательных схватках (Н-3) в сопоставлении с целевой моделью уровня подготовленности самбистов свидетельствует о том, что спортсмены в нападении значительно превосходили уровень модельных характеристик по большинству показателей, тогда как в защите вновь, как и при Н-2, уступали. Эта тенденция имела место и при сравнении показателей соревновательной деятельности Н-1 и Н-3. Наиболее наглядное выражение эта тенденция получает при сравнении показателей соревновательной деятельности отдельно по каждой группе приемов.

Правомерность этих выводов и актуальность решения данной проблемы сохраняется и при сравнении модельных характеристик соревновательной деятельности, полученных в результате анализа стенограмм соревнований (Н-4) с целевой моделью. По большинству показателей соревновательной деятельности самбисты либо достигли, либо превысили целевую модель: по общей вариативности схватки ( $P > 0,05$ ), эффективной вариативности схватки ( $P < 0,05$ ), эффективности схватки в нападении ( $P < 0,001$ ), результативности за схватку ( $P < 0,05$ ), общей результативности за схватку ( $P < 0,01$ ), эффективности схватки при защите ( $P > 0,05$ ), результативности защиты в мин ( $P < 0,001$ ) и результативности защиты за схватку ( $P > 0,05$ ). По остальным показателям уровня целевой модели достигнуть не удалось. Однако прирост этих показателей оказался значительным. Тем не менее, можно считать, что задачи подготовки, в основном, выполнены. Об этом свидетельствуют и убедительные результаты выступления самбистов экспериментальной команды на чемпионате мира 1984 г.

Результаты педагогического эксперимента

Как показывает анализ результатов педагогических наблюдений технико-тактической подготовленности на чемпионате мира 1984 г. (Мадрид, Испания) основными конкурентами самбистов сборной команды СССР за общекомандное первенство стали самбисты сборных команд МНР и НРБ. Самбисты экспериментальной группы (сборная команда СССР) в нападении превосходили показатели соревновательной деятельности самбистов сборных команд МНР, НРБ и исходных СССР (Н-0) по общей вариативности выполнения приемов, эффективной вариативности, эффективности, результативности и общей результативности, а в защите - по эффективности выполнения защит, результативности количества баллов в мин и результативности баллов за схватку. Как известно, самбисты экспериментальной группы сборной команды СССР (Н-0) в начале эксперимента уступали показателям целевой модели по эффективности выполнения приемов в нападении и защите ( $P > 0,05$ ), результативности защиты в мин и результативности защиты за схватку ( $P > 0,05$ ). В заключительном этапе педагогического эксперимента вышеуказанные недостатки были устранены на чемпионате мира 1984 г.

Интересно отметить, что преимущество самбистов сборной команды СССР над самбистами сборных команд МНР и НРБ по эффективности и результативности попыток выполнения приемов было по тем группам приемов, совершенствованию которых в педагогическом эксперименте уделялось особое значение. В нападении - выведением из равновесия (30,00%; 0,5), захватом ног (33,41%; 1,53), подножками (40,00%; 0,81), подсечками (16,6%; 0,5), через голову (24,44%; 0,93), через спину (31,83%; 1,40), через грудь (20,00%; 0,24), удержанием (68,83%; 0,84) и болевыми на руки (13,42%; 2,1). В защите - захватам ног (15,50%; 0,24), поднож-

кам (5,00%; 0,10), через спину (5,00%; 0,14), а старания соперников по выведению из равновесия, через грудь, проведению удержаний и болевых на ноги были сведены к нулю. Все это свидетельствует о том, что целенаправленная работа во время педагогического эксперимента при конкретизации задач оправдала себя. Самбисты экспериментальной группы – сборная команда СССР (Н-4) к концу эксперимента превзошли в эффективности нападения свои показатели на I-м этапе (Н-1) при действии руками на 10% ( $P < 0,05$ ), снизив показатели при действии туловищем (10%) и борья лежа (10%). Различия недостоверны при 5%-ном уровне значимости. В защите положительные сдвиги были уже значительнее. Если при Н-1 из участников педагогического эксперимента атаки соперников сумели отразить 20%, то при Н-4 уже 40% участников отражали нападения руками ( $P < 0,05$ ). Следует отметить, что самбисты сборной команды МНР (основные конкуренты за общекомандное первенство) на чемпионате мира 1983 г. превосходили самбистов сборной команды СССР (Н-0) именно при действии руками, тогда как на чемпионате мира 1984 г. уступили ( $P < 0,05$ ). Наиболее наглядное выражение эта тенденция получает при рассмотрении динамики показателей эффективности нападения и защиты в стойке и партере самбистов сборных команд СССР, МНР, НРБ на различных этапах педагогических наблюдений. Если в исходном положении при Н-0 в стойке они применяли 21,5 (85%) попыток при эффективности 27,44%, то самбисты на заключительном этапе Н-4, используя 17,6 (75,5%) попыток повысили эффективность до 42,04%. Различия достоверны при  $P < 0,01$ . Однако в партере (Н-0) при эффективности 42,1% применялось 3,8 (15%) попыток, тогда как при Н-4 данный показатель был снижен более чем на 3% ( $P > 0,05$ ). Это объясняется тем, что самбисты экспериментальной группы совершенствовали те стороны



техничко-тактичэского мастэрства, в котóром относительнó слаби наши основныи конкуренты за общекóманднóе первенствó - самбисты сóбрной кóманды МНР.

В защите, между показателями эффéктивности (Н-0) и (Н-4) достоверных различий при 5%-ном уровне значимости не обнаружено. В зависимости от сочетаний вышеуказанных компонентов эффéктивности, повысилась результативность нападения в стойке ( $P < 0,01$ ) и понизилась в партере ( $P > 0,05$ ). Однако исходные показатели результативности в партере Н-1 (чемпионат СССР 1984 г.) к концу эксперимента были улучшены ( $P > 0,05$ ). Если в начале (Н-0) самбисты набирали бросками в среднем 4,51 балла за схватку, то в конце эксперимента (Н-4) - 6,38 балла ( $P < 0,01$ ).

В результате можно утверждать, что методы педагогического контроля соревновательной деятельности борца-самбиста, являются эффéктивным средством построения технико-тактической подготовки к предстоящим соревнованиям. Моделирование, педагогический контроль и самоконтроль в процессе тренировки позволяет оперативно управлять формированием навыка борьбы самбо.

#### В В В О Д Ы

1. По мнению специалистов наиболее значимой стороной подготовки к соревновательной деятельности борца-самбиста является технико-тактическая подготовка.
2. Наиболее эффéктивным, оперативным, дешевым и удобным для тренера средством педагогического контроля соревновательной деятельности борцов-самбистов являются визуальные наблюдения с фиксацией (стенографическая запись) и с последующим синтезом и анализом полученных данных. Полученные данные позволяют моделировать процесс подготовки борца-самбиста к соревнованиям.
3. Учебно-тренировочный процесс наиболее эффéктивен при со-

БИБЛИОТЕКА  
Львовского гос.  
института физкультуры

четании педагогического контроля с самоконтролем. Карта самоконтроля позволяет наиболее эффективно совмещать средства и методы педагогического контроля с системой тренировочных заданий, их выполнением и корректировкой путем подбора спарринг-партнеров для учебно-тренировочных схваток.

4. В нападении и защите наиболее значимыми информативными показателями соревновательной деятельности самбистов являются: эффективность, результативность и вариативность.

5. В процессе моделирования целесообразно использовать два вида моделей соревновательной деятельности самбистов: общую для команды и индивидуальную для каждого борца. Общая модель необходима для сравнения с общими моделями других команд и определения главной стратегии подготовки команды, а индивидуальная модель — для сравнения с моделями подготовленности вероятных соперников.

6. Показатели соревновательной деятельности борца-самбиста позволяют определить достоинства и недостатки подготовленности путем сравнения индивидуальных показателей с обобщенными моделями. Выявленные несогласования индивидуальных модельных показателей служат основой для построения учебно-тренировочного процесса при подготовке к соревнованиям.

7. Рассогласование между модельными и индивидуальными показателями соревновательной деятельности позволяет определить пропорции времени на совершенствование отдельных сторон подготовки. Больше внимания (времени) рекомендуется уделять совершенствованию тех сторон подготовки, показатели которых ниже модельных.

#### ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

С целью повышения эффективности подготовки борцов-самбистов высокой квалификации рекомендуется использовать принцип теории

управления и моделирования, стремясь к возможно более полному моделированию соревновательной деятельности и уровня подготовленности самбистов в количественном и качественном плане. Модели соревновательной деятельности рекомендуется строить на основании педагогических наблюдений за деятельностью в процессе соревновательных схваток, учитывая основные параметры модели:

- активность борца в схватке (количество попыток выполнения технических действий в нападении и защите);
- вариативность общая - количество основных приемов (защит) применявшихся борцом в схватке (в том числе неудачно выполненных);
- эффективная вариативность - количество основных приемов (защит) которые успешно выполнялись в схватках;
- эффективность - соотношение (%) удачно выполненных приемов к общему количеству попыток;
- результативность - количество баллов набранных (проигранных) борцом в среднем за схватку.

Сравнение параметров (показателей) модели с индивидуальными показателями каждого борца позволяет выявить недостатки и достоинства в подготовленности борца. В тренировочном процессе рекомендуется ставить задачи исходя из показателей подготовленности борцов, планировать пропорции затрат времени на отдельные виды подготовки. Педагогический контроль и самоконтроль за отклонениями от модельных показателей следует строить так, чтобы исправления в процесс вносились самим борцом, а при затруднениях, тренером.

Величины показателей текущей модели определяются математической обработкой фактов, зафиксированных в ходе педагогического контроля, стенографирования или видеозаписи действий спортсменов в соревновательных схватках. Сравнение текущей модели с целевой,

помогает более объективно и конкретно определить задачи подготовки к планируемым соревнованиям. На тренировке необходимо проводить учебно-тренировочные схватки с фиксацией действий борцов, что позволит контролировать изменения технико-тактической подготовленности самбистов. На основании определения степени рассогласования между текущим и запланированным состоянием и вырабатываются корректирующие воздействия. Особенно важно для контроля за подготовленностью самбистов планировать и ставить задачи в тренировочных схватках. Рекомендации по контролю учебно-тренировочного процесса заключаются в следующем: он должен исходить из задач подготовки, важнейшими из которых являются те, решение которых позволит повысить уровень основных сторон технико-тактической подготовленности самбистов, определяющих их спортивный результат. К ним относятся активность, эффективность и результативность попытки выполнения отдельных приемов в нападении и защите; эффективность и результативность схватки, вариативная эффективность и общая результативность схватки, т.е. те показатели, которые были выявлены в качестве ведущих сторон спортивной деятельности самбистов. При планировании тренировочного процесса следует обращать внимание на следующие факторы, которые получают в результате определения показателей соревновательной деятельности борца:

- приемы, которые борец успешно выполняет в соревновании следует совершенствовать в схватках с сильными соперниками;
- приемы, которые борец неудачно пытался выполнить в схватках надо начинать совершенствовать с более слабыми соперниками, в последующем постепенно подбирая более сильных, но таких, на которых эти приемы выполняются успешно;
- совершенствование приемов, которые борец не пытался выполнить в соревнованиях нужно планировать начиная с разучивания

на несопротивляющемся партнере, затем в учебно-тренировочных схватках с заведомо более слабыми соперниками, таким образом довести навык до способности выполнять технические действия в условиях соревновательной схватки.

При совершенствовании приемов защиты: с сильными партнерами - совершенствовать защиты от приемов, которые не удавались соперникам; со слабыми партнерами - совершенствовать защиты от приемов, которые удавалось провести соперникам в соревнованиях.

Рекомендуется в тренировке ориентироваться по основным показателям на следующую модель:

- активность (А) - в среднем за I мин 2-3 попытки проведения приемов и такое же количество защит;
- общая вариативность ( $B_0$ ) - попытаться выполнить 5-6 (40+50% от общего количества) приемов из 12 основных групп;
- эффективная вариативность ( $B_э$ ) - успешно выполнять 3+5 приемов из основных групп, они должны дать оцениваемый результат;
- эффективность нападения ( $Э_н\%$ ) - 30+40% и защиты ( $Э_з\%$ ) - 80+90%;
- результативность (R) - набрать 8+12 баллов за 6 мин (за схватку).

Подбирать партнеров с учетом тактики и способа ведения схватки и показателей соревновательной деятельности основных конкурентов в предстоящих соревнованиях.

Планирование групповой (командной) подготовки следует строить на основании сравнения показателей соревновательной деятельности борцов команды с аналогичными показателями команд соперников. На основании сравнительного анализа определяются затраты времени, задачи, средства и методы подготовки команды, составляется рабочий поурочный план тренировки группы (команды), пропорции затрат времени на упражнения.

По теме диссертации опубликованы следующие работы:

1. Живора П.В., Хадишин Б.С. Формирование навыка завершения атаки в спортивной борьбе // Проблемы формирования двигательных навыков и умений: Сб. науч. статей. - Алма-Ата, 1984. - С. 101-102.

2. Гокиев А., Хадишин Б.С. Эффективность средств регистрации соревновательной деятельности в спортивной борьбе // Тезисы III-й респуб. науч.-метод. конф. по проблемам физ. воспитания и спорта студентов высших учебных заведений Туркменской ССР. - Ашхабад, 1985. - С. 34-35.

3. Мамедов Б.М., Хадишин Б.С. Средства и методы педагогического контроля соревновательной деятельности борца-самбиста // Тезисы III-й респуб. науч.-метод. конф. по проблемам физ. воспитания и спорта студентов высших учебных заведений Туркменской ССР. - Ашхабад, 1985. - С. 63-64.

4. Шумилин В.Я., Хадишин Б.С. Эффективность методов педагогических наблюдений соревновательной деятельности в спортивной борьбе // Теория и практика физ. культуры. - 1986. - № 2. - С. 19-21.

5. Чумаков Е.М., Хадишин Б.С., Максимов А.Л. Сравнительный анализ технико-тактической подготовленности команд в соревнованиях УШ летней Спартакиады народов СССР по борьбе самбо // Система спортивной подготовки на этапе совершенствования мастерства: Сб. науч. статей. - Алма-Ата, 1986. - С. 63-66.

6. Хадишин Б.С., Жажитов М.Н. Индивидуальная карта контроля борца-самбиста: Метод. рекомендации / Джамбул. гидромелиорат.-строит. ин-т. - Джамбул, 1987. - 18 с.