

3. Медведев В. В. Психологическая подготовка боксеров: метод. Разраб. Для слушателей ВШТ, ФПК, ст-тов РГАФК / В. В. Медведев, В. Г. Черный ; Рос. гос акад физ. культуры. – Москва, 1992. – 36 с.

4. Родионов А. В. Психология физического воспитания и спорта : учеб. Для ст-тов вузов физ. профиля / А. В. Родионов. – Москва: 2004. – 576 с.

5. Туманян Г. С. Теория, методика, организация тренировочной, внутренировочной и соревновательной деятельности. Часть III. Кн. 17. Психологическая подготовка / Г. С. Туманян, В. В. Гожин. – Москва : Советский спорт, 2002. – 56 с.

6. Турецкий Б. В. Обучение фехтованию : учеб. Пособие для вузов / Б. В. Турецкий. – Москва : Академический Проект, 2007. – 432 с.

7. Худадов Н. А. Психологические основы спортивной деятельности единоборцев высокой квалификации : дис. ... д-ра пед. наук в виде науч. докл. : 13.00.04 / Худадов Николай Александрович ; Всерос. Науч.-исслед. ин-т физ. культуры и спорта. – Москва 1997. – 121 с.

УДК 796.015.134/136.81

ТЕХНІЧНІ ЗАСОБИ ДЛЯ ПІДВИЩЕННЯ ОПЕРАТИВНОСТІ КОНТРОЛЮ ЗА ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЮ ПІДГОТОВКОЮ БОРЦІВ

Богдан СЕМЕН, Ярослав ЛАПУЦЬ, Лариса ГОРЛОВА

Львівський національний університет імені Івана Франка

Актуальність. Аналіз наукової та методичної літератури, а також спортивна практика роботи свідчать, що ефективним засобом навчання та удосконалення техніко-тактичної майстерності можуть бути тренажери і тренажерні пристрої. Цим засобам тренування в спортивній боротьбі приділено досить багато уваги.

Метою роботи є удосконалення техніко-тактичних дій борців в умовах навчально-тренувального поєдинку з використанням електронно-оптичний тренажерний пристрій, що дозволяє моделювати техніко-тактичні дії за допомогою неспецифічних сигналів.

Результати дослідження. Блок схема тренажерного пристрою складається з таких основних вузлів: блок управління, блок формування електричного сигналу, блок комутації, оптичні трилампові випромінювальні стояки, розміщені посередині кожної і з сторін квадратного килима, електронний секундомір і кінокамера.

Принцип роботи електронно-оптичного тренажерного пристрою полягає в тому, що команди тренера на виконання запланованого наперед завдання подаються за допомогою коротких світлових сигналів різного кольору і тривалості. Кожному типу технічних дій відповідає сигнал, який встановлюється

за домовленістю. По ходу сутички тренер оптично сигналізує борцеві про настання зручної динамічної ситуації для проведення атаквальних дій. Час від початку сигналу до закінчення проведення прийому реєструється електронним секундоміром, техніко-тактичні дії фіксується на плівку.

Після закінчення поєдинку тренер проводить з борцем, що вправлявся, перегляд його атаквальних дій. При цьому також вимірюється тривалість часу оцінки борцем зручної динамічної ситуації, для чого при перегляді відео- сюжету на екрані фіксується момент переходу борця до активних дій і дані електронного секундоміра на цей момент.

З метою визначення ефективності удосконалення спортивних прийомів у боротьбі з використанням описаного вище тренажерного пристрою ми провели педагогічний експеримент.

Заняття проводили в експериментальних і контрольних групах по 14 осіб у кожній. В експерименті брали участь борці вагових категорій від 59 до 98 кілограмів кваліфікацією не нище за перший спортивний розряд віком від 17 до 24 років. За рівнем фізичного розвитку і підготовленістю контингент був однорідним.

У контрольній групі заняття проводилися за загальноприйнятою методикою навчання. У другій групі (експериментальній) активно використовувався тренажерний пристрій. Спортсмени обох груп виконували цю програму.

Одним із критеріїв ефективності і надійності застосування в тренувальних і змагальних сутичках електронно-оптичного тренажерного пристрою, що дають змогу вносити корективи по ходу сутички, є реальний ріст спортивних результатів, достовірність яких оцінювалася на основі методів математичної статистики.

Перед початком сутички борцеві, що вправляється в кожній із груп ставили однакові за структурою завдання. Наприклад, використовуючи дані за вибором тренера два-три прийоми упродовж усього поєдинку через кожні 20 секунд проводити атаквальні дії. Враховуючи, що сучасний борцівський поєдинок вимагає високої інтенсивності і щільності ведення сутички, кожне завдання на сутичку необхідно виконувати з підвищеною точністю і напруженістю.

Беручи активну участь у вирішенні поставленого завдання спортсмени вчать проводити атаквальні дії своєчасно й ефективніше і таким чином підвищують інтенсивність усього поєдинку.

Проведений педагогічний експеримент свідчить про високу ефективність використання приладозабезпечених систем контролю основних параметрів техніко-тактичної майстерності борців і на їх основі систем оперативної корекції техніко-тактичних дій в тренувальних і змагальних сутичках, що забезпечують більш швидкий і ефективний процес навчання та удосконалення техніко-тактичної майстерності спортсменів.

Висновки

Використання стендів-тренажерів у навчально-тренувальному процесі сприятиме більш швидкому удосконаленню техніко-тактичної майстерності борців, підвищенню ефективності оволодіння техніко-тактичними діями на 30–45%. Метод тренування з використанням цього тренажерного пристрою дає змогу наблизити процес навчання та удосконалення техніко-тактичних дій до реалій сутички. Він збільшить віддачу від зусиль тренера і може слугувати основою методики оперативного контролю за техніко-тактичною підготовкою борців.

УДК 796.01(5-15)

ІНФОРМАЦІЙНО-НОРМАТИВНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ СФЕРИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В АРАБСЬКИХ КРАЇНАХ БЛИЗЬКОГО СХОДУ

Алі Абдулкарім Джасім АЛЬ-УБАЇДІ^{1,2}

¹ *Львівський державний університет фізичної культури,*

² *Республіка Ірак*

Постановка проблеми. Соціальне та культурне життя регіону Близького Сходу має свої виразні особливості. Це насамперед арабські країни, зі своєю високою культурою та звичаями. Однак за ступенем економічного розвитку вони дуже відрізняються одна від одної. Так, на сьогодні соціально-економічне життя в Республіці Ірак поступово переходить в мирне, а інші країни перебувають у фазі швидкого розвитку та зростання. Деякі країни регіону потребують проведення реформ, насамперед у галузі економіки, культури, освіти, у тому числі фізичного виховання і спорту. Важливим кроком для цього є становлення національного законодавства для проведення структурних реформ і лібералізації всієї державної системи збереження здоров'я, фізичної культури і спорту [3].

Цілком зрозумілим є необхідність здійснення глибоких внутрішніх реформ у вказаній галузі, які повинні мати узгоджений характер, інакше вони не нададуть довготривалого ефекту або виявляться нереалізованими. Особливо це стосується «бідних» країн регіону, які малу увагу надають цілеспрямованим перетворенням галузі [1, 2].

Мета дослідження – систематизувати інформацію щодо інформаційно-нормативного забезпечення сфери фізичної культури в арабських країнах Близького Сходу.

Методи дослідження: аналіз літературних джерел, офіційних державних документів, статистичних звітів міжнародних організацій.