Научная статья

Original article

УДК 37

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА КАК ОСНОВА ФОРМИРОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА

INDIVIDUAL TACTICAL TRAINING AS A BASIS FOR THE FORMATION OF SPORTSMANSHIP

Ногина Елена Витальевна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры Физической подготовки Российской таможенной академии

Nogina Elena Vitalievna, alio.nogina@yandex.ru

Аннотация: Подготовка игрока высокого класса, обладающего высоким уровнем индивидуального тактического мастерства, в процессе соревновательной деятельности обуславливается не только индивидуальными возможностями и талантом и предрасположенностью к избранному виду спорта, но и спецификой организации тренировочного процесса на различных этапах многолетней тренировки. Соблюдение индивидуального подхода является трудоемким процессом при организации тренировочных занятий в спортивных играх, однако применение специализированных методических приемов позволяет раскрыть потенциальные возможности, как на ранних этапах тренировки, так и в профессиональном спорте. В настоящей статье, автором предпринята попытка научного анализа и критического осмысления индивидуальной тактической подготовки, как основы формирования спортивного мастерства.

Abstract: The preparation of a high-class player with a high level of individual tactical skill in the process of competitive activity is determined not only by individual

capabilities and talent and predisposition to the chosen sport, but also by the specifics of the organization of the training process at various stages of long-term training. Compliance with an individual approach is a time-consuming process when organizing training sessions in sports games, however, the use of specialized methodological techniques allows you to uncover potential opportunities, both at the early stages of training and in professional sports. In this article, the author attempts a scientific analysis and critical understanding of individual tactical training as the basis for the formation of sportsmanship.

Ключевые слова: развитие спорта, тактическая подготовка, индивидуальная подготовка, спортивное мастерство, организация тренировочных занятий, профессиональный спорт.

Keywords: sports development, tactical training, individual training, sportsmanship, organization of training sessions, professional sports.

Становление индивидуального тактического мастерства - это самое приоритетное направление в современной подготовке спортивного резерва в игровых видах спорта. К сожалению, рассматриваемые Федеральные стандарты спортивной подготовки и программы подготовки игроков в баскетболе и волейболе свидетельствуют о том, что раздельное обучение технике и тактике является основным препятствующим фактором в достижении высокого уровня индивидуального мастерства. [3, с. 194]

Организация индивидуальной тактической подготовки в спортивных играх определяется целью деятельности, к которой должен прийти спортсмен в конечном итоге. Она должна опираться на те показатели, которые определяют эффективность долгосрочного планирования тренировочного процесса спортсменов.

Для этого специалистами предлагается рассматривать факторную структуру успешного ведения игровой деятельности спортсменов, модельные характеристики игроков, сенситивные периоды развития двигательных и психофизиологических способностей, что свидетельствует о индивидуальной вариативности сроков и темпов овладения двигательными действиями.

Становление технического и тактического мастерства обусловлено индивидуальным характером развития подростков при занятиях избранной спортивной игрой, особенно его антропометрических показателей.

Важнейшей проблемой индивидуальной тактической подготовки является выбор эффективной методики обучения и совершенствования, которая должна представлять научно обоснованную и логично построенную дидактическую систему, последовательность педагогических действий в тесной связке тренер-спортсмен, адекватную личности спортсмена и задачам обучения. В проблеме двигательного обучения как в теоретических, методологических, так и в чисто практических аспектах основополагающим является выделение ключевых, базовых пунктов и точек, определяющих эффективность многолетнего процесса и служащих опорными звеньями в совершенствовании индивидуально-оптимальной структуры движений. [5, с. 91]

Процесс формирования индивидуальных тактических действий подчиняется теории Н.А. Берштейна (1991), который в своих трудах отмечает два уровня (периода) построения двигательного навыка. Первый уровень определяется двигательным составом, коррекцией и автоматизацией двигательных действий, в основе которых лежит индивидуализация, контроль и управление движениями. В свою очередь, второй период построения тактического навыка обуславливается началом срабатывания координационных механизмов, обеспечивающих нейтрализацию рассогласованного действия, стандартизацию движения в соответствие с эталонными формами движения и допустимой вариативностью, а также стабилизацию, обеспечивающую сопротивляемость сбивающим факторам, вызывающих возникновение общих и частных ошибок, которые выражены в двигательной неточности упражнения. Исправление двигательных ошибок и недочетов является неотъемлемой частью многолетней индивидуальной тактической подготовки спортсменов в игровых видах спорта. [1, с. 58]

Применение разнообразного спектра тренировочных средств в процессе индивидуальной тактической подготовки спортсменов в игровых видах спорта требует от педагога постоянной классификации двигательных ошибок и

неточностей, что является определенной ступенью анализа двигательного задания, являющегося самостоятельным подходом при обучении и совершенствовании индивидуальных тактических действий. Многолетний процесс индивидуальной тактической подготовки сопряжен с образованием первичных и вторичных ошибок. Первые - возникающие с самого начала при обучении. Вторые - возникающие уже после того, как упражнение было разучено и выполнялось без данной ошибки.

Достаточно эффективными средствами исправления ошибок в процессе индивидуальной тактической подготовки спортсменов в игровых видах спорта считают самонаблюдение, наблюдение, использование изображений двигательного действия, а также опрос и экспериментальная проверка. В процессе исправления ошибок необходимо особое внимание уделять ключевым деталям индивидуальных тактических действий применительно к соревновательной деятельности.

Основным средством достижения высокого индивидуального тактического мастерства спортсменов в игровых видах спорта является упражнение. Выбор упражнений в тренировочном процессе необходимо проводить с учетом режима сокращения мышцы и особенностей ее биомеханического строения и свойств. В процессе формирования эффективных двигательных действий в игровых видах спорта применяют основные и вспомогательные упражнения.

Согласно теории этапности обучения и совершенствования индивидуальных тактических действий спортсменов в игровых видах спорта применение основных упражнений предполагает при ознакомлении с новым движением и исправлении ошибок широко применять рассказ и показ двигательного задания.

Рассказ должен быть направлен на объяснение того - «Зачем?» выполняется конкретное тактическое действие, то есть, какую пользу спортсмену это действие приносит в игре, а «Как?» выполняется движение - является этапом последующей конкретизации двигательного действия и исправления ошибок в игровой ситуации. [6, с. 92]

Метод беседы относится к группе словесно-наглядных методов, который позволяет оценить степень понимания и усвоения спортсменами информации о

тактическом действии, что создает благоприятные условия для формирования двигательного навыка.

Показ позволяет донести до спортсмена детальную информацию о тактическом действии, выполняемом, как в атаке, так и защите. Особое место в процессе индивидуальной тактической подготовки спортсменов в игровых видах спорта принадлежит методическим приемам, с помощью которых осуществляется показ упражнения.

Это такой инструментарий, который позволяет применять определенный вариант достижения поставленной цели с помощью последовательных взаимодействий в системе тренер-спортсмен.

Наиболее распространенными методическими приемами показа в теории и методике спортивных игр являются, демонстрация индивидуального тактического действия тренером, спортсменом, с помощью рисунков, презентаций, видеоматериалов, а также лидирующий показ без контакта и с контактом спортсмена.

Формирование разновидностей и вариантов рациональной структуры движений спортсменов в игровых видах спорта осуществляется с помощью метода «в целом» - тактическое действие изучается в том законченном виде, в каком они существуют в реальной игре и «по частям» - расчленение тактического действия на функциональные и временные фазы, их отдельное изучение и синтез элементов в единое целое. Применение конкретного метода зависит от сложности и структуры самого тактического действия. Правильный и эффективный подбор подводящих упражнений - ключ к успеху при использовании метода обучения «в целом» и «по частям». [2, с. 187]

Становление двигательного навыка свидетельствует о целесообразности применения в процессе индивидуальной тактической подготовки метода повторного (строго регламентированного) выполнения упражнения с полурешенной или с нерешенной игровой ситуацией.

Упражнения, проводимые с помощью ситуативного метода, являются самостоятельной группой, обеспечивающей повышение индивидуальной

тактической подготовленности спортсменов в игровых видах спорта. Для решения ситуативных задач требуется высокий уровень интеллектуального и моторного потенциала игрока.

Ситуационные упражнения индивидуальной тактической подготовки, выполняемые в игровой форме, должны создавать в тренировке такие условия, которые не предусматривают чрезмерной концентрации непосредственно на технической стороне выполнения тактического действия. Экстенсивный и интенсивный метод обеспечивает достижение сопряженного эффекта, когда происходит взаимодействие физической, технической, тактической и психической подготовки. [4, с. 75]

Вспомогательные средства, применяемые в процессе различных этапов подготовки, обеспечивают формирование кинезиологической чувствительности, которая выражается зрительным восприятием, рациональной структурой специальных точностных двигательных действий. Кинестезическая чувствительность - это важный показатель индивидуального тактического мастерства, который определяется как «чувство мяча». Лучше всего развивается в период с 12 до 14 лет. Недостаточное развитие этого качества практически не компенсируется на протяжении всей спортивной карьеры игрока.

Таким образом, совершенствование системы индивидуальной тактической подготовки спортсменов в игровых видах спорта требует в качестве необходимого средства наличие прогностических моделей игроков. Составление прогностической модели спортсмена представляется оптимизированной, когда управляемые параметры соответствуют эффективности, активности и надежности индивидуальных тактических действий и являются наивысшим уровнем, определяющим норму для достижения победы в противоборстве с соперником.

Список использованной литературы

1. Антропологические и педагогические аспекты совершенствования тактической подготовки юных футболистов / И. Ю. Воронин, С. А. Кутоманов, С. В. Яловенко, А. И. Помазанов // Научный журнал Дискурс. – 2019. – № 2(28). – С. 52-63.

2. Дмитриева, С. В. Специфика технико-тактической подготовки ориентировщиков на этапах многолетней подготовки / С. В. Дмитриева, Е. А. Симонова, М. П. Яркова // Вестник Томского государственного университета. – 2020. – № 452. – С. 186-193.
3. Карева, Ю. Ю. Некоторые аспекты тактической подготовки спортсменов-игровиков / Ю. Ю. Карева, Н. Г. Маковский // Наука XXI века: актуальные направления развития. – 2020. – № 1-2. – С. 192-196.
4. Крутоус, В. В. Совершенствование технико-тактической подготовки боксеров / В. В. Крутоус, С. Ю. Махов // Автономия личности. – 2021. – № 2(25). – С. 72-80.
5. Мифтахов, А. Ф. Совершенствование технико-тактической подготовки в футболе / А. Ф. Мифтахов, Э. Р. Гимазов // Аллея науки. – 2018. – Т. 7. – № 11(27). – С. 89-92.
6. Совершенствование технико-тактической подготовки спортсменов-ориентировщиков 15-16 лет с использованием компьютерного симулятора / Л. Т. Миннахметова, Э. И. Файрузова, А. А. Ситдикова, А. А. Мисбахов // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2019. – № 12. – С. 89-95.

List of used literature

1. Anthropological and pedagogical aspects of improving the tactical training of young football players / I. Y. Voronin, S. A. Kutomanov, S. V. Yalovenko, A. I. Pomazanov // Scientific journal Discourse. – 2019. – № 2(28). – Pp. 52-63.
2. Dmitrieva, S. V. Specifics of technical and tactical training of orienteers on stages of long-term preparation / S. V. Dmitrieva, E. A. Simonova, M. P. Yarkova // Bulletin of Tomsk State University. – 2020. – No. 452. – pp. 186-193.
3. Kareva, Yu. Yu. Some aspects of tactical training of athletes-game players / Yu. Yu. Kareva, N. G. Makovsky // Science of the XXI century: current directions of development. - 2020. – No. 1-2. – pp. 192-196.
4. Krutous, V. V. Improvement of technical and tactical training of boxers / V. V. Krutous, S. Yu. Makhov // Autonomy of personality. – 2021. – № 2(25). – Pp. 72-80.

5. Miftakhov, A. F. Improvement of technical and tactical training in football / A. F. Miftakhov, E. R. Gimazov // Alley of Science. – 2018. – T. 7. – № 11(27). – Pp. 89-92.
6. Improving the technical and tactical training of orienteering athletes aged 15-16 years using a computer simulator / L. T. Minnakhmetova, E. I. Fayruzova, A. A. Sitdikova, A. A. Misbakhov // Izvestiya Tula State University. Physical Culture. Sport. – 2019. – No. 12. – pp. 89-95.

© Ногина Е.В., Научно-образовательный журнал для студентов и преподавателей «StudNet» №4/2022.

Для цитирования: Ногина Е.В., ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА КАК ОСНОВА ФОРМИРОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА// Научно-образовательный журнал для студентов и преподавателей «StudNet» №4/2022