

## МОДЕЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТСМЕНОВ-ЕДИНОБОРЦЕВ

© 2017

**Вершинин Михаил Александрович**, доктор педагогических наук,  
профессор кафедры теории и методики физического воспитания

**Плотников Артем Олегович**, аспирант кафедры теории и методики физического воспитания  
*Волгоградская государственная академия физической культуры (г. Волгоград, Российская Федерация)*

*Аннотация.* В статье на основе ретроспективного анализа научно-методической литературы рассматриваются модельные характеристики соревновательной деятельности спортсменов-единоборцев. Дается описание структуры соревновательной деятельности, нацеленной на достижение максимальных показателей индивидуального результата в избранном виде спортивных единоборств. Широкий арсенал технических действий и обширный спектр потенциальных конфликтных ситуаций, регулярно проявляющихся в ходе единоборств, в частности, в тхэквондо, детерминируют особенности операций, действий и механизмы их совершенствования. В работе анализируется классификация специфических видов деятельности (деятельность единоборца в схватке; выполнение элементарных тактических и технических действий; деятельность единоборца в отдельных частях (предварительной и финальной) соревнований; деятельность единоборца в отдельном соревновании; деятельность единоборца в совокупности ряда соревнований), ограниченных в рамках соревновательного поединка временными и пространственными факторами. Представлен перечень специальных и обобщенных модельных характеристик соревновательной деятельности, в который, применительно к спортивным единоборствам, входят следующие показатели: разнообразие защитных и атакующих действий; объем защитных и атакующих действий; активность защитных и атакующих действий; эффективность защитных и атакующих действий. В заключении констатируется, что модельные характеристики соревновательной деятельности должны раскрывать в спортивных единоборствах следующие стороны: активность, разнообразие и объем, эффективность демонстрируемых технико-тактических действий.

*Ключевые слова:* структура соревновательной деятельности; спортсмены-единоборцы; модельные характеристики соревновательной деятельности в единоборствах; техническое мастерство в тхэквондо; соревновательная практика в единоборствах; интегральная оценка технико-тактических действий в единоборствах.

### *Введение.*

Внимание значительного числа исследователей в последнее время было обращено к проблеме оптимизации параметров соревновательной деятельности в контексте опоры на нее в качестве ориентира при проектировании различных структурных компонентов учебно-тренировочного процесса. Ранее общепринятым считалась сфокусированность внимания тренеров и научных экспертов на всестороннем изучении тренировочного процесса, а анализ поведенческой деятельности в рамках соревнований носил основном сопутствующий и только констатирующий характер. За последние два-три десятилетия сформировалось мнение, что одним из приоритетных направлений механизма оптимизации управления тренировочным процессом спортсменов выступает изучение структурных компонентов соревновательной деятельности [1–4]. Аккумуляция информации о профессиональной деятельности спортсмена в рамках соревнований может служить при определенных условиях основанием для выработки цели и задач спортивной подготовки, подбора методов успешной средств их реализации.

Развитие спорта на современном этапе характеризуется постоянным ростом спортивных результатов, повышением мастерства исполнителей и уровня трудности демонстрируемого соревновательного программного материала, и на этом фоне перспективное и эффективное решение перечисленных задач тесно связано с научной разработкой модели системы и механизма технологии управления соревновательным аспектом деятельности спортсмена. Структура соревновательной деятельности детерминируется нацеленностью на достижение максимальных по-

казателей индивидуального результата в избранном виде спорта. Роль ключевого звена в ней отводится прогнозируемому спортивному результату, опираясь на который выстраиваются модельные характеристики предстоящей соревновательной деятельности. Планирование спортивного результата юных спортсменов базируется на основе нормативных требований учебной программы, динамики роста показателей спортивного мастерства, оптимальных возрастных границ достижения олимпийского уровня [5; 6].

### *Материал и методика.*

Длительное время в теории и методике спортивной тренировки способы и средства подготовки спортсменов варьировались и модернизировались в определенном отрыве от соревновательной практики. Это объясняется специфичностью условий соревновательной деятельности, своеобразным состоянием спортсмена в рамках состязаний, трудностью доступа к объективной информации об имеющейся в процессе соревнований динамике анализируемых функций организма.

Соревновательная практика оказывает существенное воздействие на организм спортсмена. Это зачастую обусловлено ее экстремальными режимами двигательной активности (проявление максимальных величин выносливости и силы; максимальные показатели действий и скорости движений; координационная точность и сложность действий и т.д.) и наличием нервно-эмоционального напряжения стрессорного характера. Так, в частности, соревновательные поединки единоборцев как компонент их спортивной деятельности являются с позиций формальной логики заключительным этапом, отражающим результаты их внутренинформационной и тренировочной деятель-

ности. В действительности же соревновательная практика первична и предъявляет к единоборцам конкретные требования, определяя вектор предстоящей внетренировочной и тренировочной деятельности [7].

Единоборства представляют собой группу видов спорта, которые характеризуются динамично сменяющейся соревновательной ситуацией и необходимостью поддержания высокой степени работоспособности на фоне компенсированного утомления. Для единоборств характерна четко выраженная динамическая структура используемых технических приемов и значительная вариативность, обусловленная необходимостью адаптации используемого технического арсенала к нюансам текущей ситуации поединка.

Специфика поединка в различных единоборствах заключается в том, что он проходит в условиях ограниченного правилами отрезка времени в условиях необходимости совершения атакующих действий с помощью достаточно автоматизированных и, в то же время, вариативных технических навыков на фоне активного сопротивления противника [8].

Широкий арсенал технических действий и обширный спектр потенциальных конфликтных ситуаций, регулярно проявляющихся в ходе единоборства, детерминируют особенности операций, действий и механизмы их совершенствования. В контексте описанных условий спортсмену следует оперативно оценивать реалити ситуации и правильно реагировать на них эффективными и точными действиями, что предъявляет важное требование к набору его двигательных навыков – умение сохранять стабильность результата на фоне значительной вариативности специфических условий [9].

Спортивные единоборства относятся к тем видам спорта, где доминирующий, приоритетный акцент связан с физической подготовкой спортсменов. В перечне значимых физических качеств особое место отводят скоростно-силовым способностям единоборца, выступающих в качестве ключевого фактора надежности демонстрации технико-тактических действий в условиях соревновательного поединка [10]. Отличительной чертой технического мастерства, в частности, в тхэквондо является овладение обширным арсеналом сложных двигательных действий, предъявляющих высокую планку запроса к уровню развития способностей к демонстрации взрывных усилий и требующих наличия определенной вариативности в контексте приспособления к изменяющимся соревновательным условиям. При этом характерной особенностью технической оснащенности тхэквондиста выступает наличие высокоразвитой способности противостоять процессу утомления без видимого снижения эффективности тактических и технических приемов и действий.

Характерными общими признаками спортивной деятельности применительно к группе единоборств являются следующие:

– в ходе поединка спортсмен демонстрирует сложные комбинации передвижений, защитных и атакующих действий в условиях установленного лимита времени. Временные рамки поединка в единоборствах являются одним из ключевых условий выбора предпочтений по технике и тактике предстоящего поединка и предъявляют жесткие требования к уровню проявления быстроты ответных двигательных ре-

акций, а кроме того к вниманию мышлению, морально-волевым качествам единоборца;

– движения, демонстрируемые спортсменом в рамках поединка, преимущественно носят скоростно-силовую направленность;

– проведение технико-тактических действий в большинстве случаев осложняется активным противодействием противника и проходит на фоне повышенного эмоционального возбуждения;

– результативность поединка определяется умением спортсмена своевременно и верно оценить манеру и нюансы поведения противника, предвосхитить его намерения (создание тактически выгодных ситуаций).

Основная миссия соревновательной практики в единоборствах – оценка уровня совершенства различных двигательных навыков спортсмена посредством сравнения с показателями их совершенства у других единоборцев. Поскольку соревновательный поединок единоборца ограничивается определенными временными и пространственными рамками, в практике общепринято различать ряд специфических видов деятельности:

– деятельность единоборца в схватке;

– выполнение элементарных тактических и технических действий;

– деятельность единоборца в отдельных частях (предварительной и финальной) соревнований;

– деятельность единоборца в отдельном соревновании;

– деятельность единоборца в совокупности ряда соревнований [11].

Высокие спортивные результаты в различных видах единоборств напрямую связаны с реализацией ряда методических положений:

– приоритетность задачи повышения уровня скоростно-силовых качеств, присущих тому или иному виду единоборств, и совершенствование в этом контексте специальной выносливости;

– построение процесса спортивной подготовки с позиций строгого соответствия специфике соревновательной практики, характерной в различных видах единоборств;

– акцентированное развитие сильных качеств спортсмена, последовательное совершенствование специально проанализированных и отобранных технико-тактических навыков, преимущественно обеспечивающих достижение запланированного результата;

– использование должных объемов и параметров специальной подготовки, особенно в тех режимах, которые моделируют отдельные аспекты соревновательной деятельности;

– повышение сбалансированности и степени надежности используемых атакующих и защитных вариантов действий в контексте требований, предъявляемых соревновательной деятельностью на ключевых турнирах годичного тренировочного цикла.

Должное проектирование тренировочного процесса подразумевает строгую его нацеленность на создание оптимальной модели соревновательной деятельности, обеспечивающей эффективность выступлений на соревнованиях. Такое возможно только при учете развернутой информации о факторах, детерминирующих эффективность соревновательной

практики, о взаимосвязях между спортивной подготовленностью и моделью соревновательной деятельности.

Стоит подчеркнуть, что эффективность соревновательной деятельности выступает в качестве интегрального показателя подготовленности спортсмена; специализированные навыки и базовые качества обуславливают эффективность двигательных действий спортсмена в процессе демонстрации основных элементов соревновательной деятельности. Отметим, что базовые качества демонстрируют существенно большую вариабельность, по сравнению с основными компонентами соревновательной деятельности, и меньшую, чем ключевые функциональные характеристики и параметры, детерминирующие степень развития данных качеств. Такой подход дает возможность упорядочить механизм управления, позволяет увязать модель соревновательной деятельности и соответствующие ей элементы подготовленности с процедурой функциональной диагностики спортсменов, системой средств и методов, нацеленных на модернизацию компонентов соревновательной деятельности и спортивной подготовленности.

Адаптация спортсменов к экстремальной специфике условий спортивного поединка на главных стартах проводится посредством многократного моделирования параметров и условий предстоящего поединка в соревновательной и тренировочной деятельности. В связи с этим существенно усиливается значимость системы и регламента предстоящих соревнований (число стартов, боев, схваток, соревнований и т.д.) в повышении показателей подготовленности участников соревнований и достижениях спортсменами запланированных ранее результатов.

*Результаты и обсуждение.* На основе анализа структурных компонентов соревновательной деятельности определяются модельные характеристики различной степени обобщенности.

Как отмечает А.А. Новиков [9], модельные характеристики соревновательной деятельности подразделяются на три основные группы: специфические для отдельно взятого вида спорта; общие для определенной группы видов спорта; общие для всех видов спорта. Общая модельная характеристика как применительно ко всем, так и для конкретной группы видов спорта – это сбалансированное распределение сил участника соревнований во время выступлений (например, поединка). Данная характеристика позволяет оценить тактическую и специальную физическую подготовленность спортсмена, уровень его психической устойчивости. Применительно к спортивным единоборствам специальными и обобщенными модельными характеристиками выступают следующие показатели: разнообразие защитных и атакующих действий; объем защитных и атакующих действий; активность защитных и атакующих действий; эффективность защитных и атакующих действий.

Как отмечает Р.А. Пилюк [12], в истории развития спортивной науки известно много примеров, связанных с попытками моделирования отдельных фрагментов соревновательной практики из различных видов единоборств в лабораторных условиях. Автор предостерегает, что при подобных экспериментах следует придерживаться основных методоло-

гических принципов, в противном случае проектируемая модель будет оторвана от реальности и полученные на ее основе результаты будут обладать научной значимостью. Следует моделировать не только внешнюю составляющую, но и внутреннюю (эмоциональную и психическую) структуру изучаемого действия. В данном случае речь идет о нюансах моделирования мотивационно-целевых установок, психических состояний, приближенных к соревновательным условиям. Зачастую просчеты в этом направлении обесценивают те исследовательские наработки, в которых реализуемая в модельном эксперименте задача оказывается не сопряженной с реалиями соревновательной деятельности спортсмена.

По мнению специалистов [13; 14], управление подготовкой борцов на основе индивидуализации тренировочного процесса связано с интенсивным внедрением в тренировочную практику объективных количественных методов оценки и контроля. В первую очередь это касается ряда сторон подготовки, где трудно уследить за динамикой без использования набора инструментальных методик: в частности, речь идет о таких проявлениях моторики спортсмена, как скорость движений и быстрота реагирования [106], напрямую влияющие на эффективность технико-тактических действий в соревновательной деятельности.

По мнению Н.Н. Пилюка [5], оценку степени готовности к исполнению упражнений соревновательной программы продуктивнее всего проводить на основе комплексного контроля модельных показателей спортивной подготовленности. Как отмечает автор, среди компонентов необходимо выделять ключевые по степени значимости: тактический – умение бороться в условиях соревновательной деятельности; техническая готовность – уровень стабильности демонстрации упражнений из соревновательной программы; психический – сбалансированное поддержание состояния боевой готовности к предстоящей демонстрации упражнений соревновательной программы; функциональный – специальная физическая и функциональная подготовленность. Устойчивое и оптимальное состояние отмеченных компонентов в предсоревновательный период поддерживает должный уровень набранной спортивной формы спортсменов. В.М. Игуменов и Б.А. Подливаев [15] отмечают, что во многих видах спорта значительное внимание посвящено совершенствованию параметров структуры и содержания непосредственно соревновательных действий, в частности тем из компонентов, выявление которых позволяет спортсменам рассчитывать на высокие спортивные результаты посредством акцентированного на них воздействия в ходе тренировки. В последние годы регулярно в качестве основного метода повышения спортивного мастерства спортсменов высокой квалификации используется моделирование отдельных сторон единоборств, что служит основанием для последующей разработки специальных тренировочных заданий. Опорой для моделирования комплексов тренировочных заданий служат существующая в единоборствах классификация элементов тактики и техники, а также аналитические выкладки соревновательной деятельности ведущих спортсменов в данном виде единоборств. В.М. Подливаев [16] делает вывод, что моде-

лирование разнообразных ситуаций в единоборствах, включая наличие субъективного фактора судейства, дает возможность, прежде всего, расширить арсенал умений и навыков единоборца и, кроме того, отработать индивидуальную манеру выбора тактики ведения поединка, модернизировать технику с помощью варьирования способами тактической подготовки и использования различных динамических соревновательных ситуаций. При таком подходе к тренировочному процессу, как считает автор, обеспечивается органическая взаимосвязь между этапами начальной подготовки и стадиями высшего спортивного мастерства.

Анализ научно-методической литературы [17; 18], отражающей проблемы соревновательной практики высококвалифицированных спортсменов, показывает, что определенные данные существенно повышают эффективность спортивной подготовки и вносят существенные коррективы в ключевые ее стороны: техническую, тактическую, физическую, интегральную, психологическую. В отмеченных работах констатируется, что модельные характеристики ведущих спортсменов закладывают фундамент существующего комплексного контроля в спортивном мире.

Модельные характеристики соревновательной деятельности, как отмечают Ф.П. Суслов, В.Л. Сыч и Б.Н. Шустин [19], должны раскрывать в спортивных единоборствах следующие стороны: активность, разнообразие и объем, эффективность демонстрируемых технико-тактических действий.

В результате ряда исследований [9; 20; 21] были разработаны и апробированы следующие показатели для интегральной оценки данных параметров.

Эффективность – коэффициент надежности атакующих действий спортсмена, рассчитываемый по формуле:

$$K_{\text{нао}} = \frac{\sum TTD_{\text{оц}}}{\sum TTD}$$

где: в числителе – совокупность всех оцененных судьями технико-тактических действий (ТТДоц), а в знаменателе – совокупность всех неоцененных и оцененных действий (ТТД);

Коэффициент надежности защитных действий, рассчитываемый по формуле:

$$K_{\text{изд}} = \frac{\sum TTD - \sum TTD_{\text{оц}}}{\sum TTD}$$

Активность – количество оцененных различных приемов (зачастую характеризуется показателем плотности, т.е. числом всех атакующих двигательных действий за единицу времени); интервал оцененных атак – величина, обратная показателю плотности, то есть временной промежуток, затраченный на одно атакующее действие (в среднем); распределение атакующих проигранных и выигранных действий по минутам боя раундам, периодам (иногда используется как опосредованная характеристика демонстрации тактического мастерства или уровня психологической готовности к предстоящему поединку).

Разнообразие – число использованных приемов (или отношение его к итоговому количеству приемов, классифицируемых в данном виде спорта).

*Заклучение.* Подводя итог вышесказанному, отметим, что специфика современных единоборств – группы контактных видов спорта, где зачастую можно столкнуться с активным сопротивлением неизвестного заранее противника, не дает устойчивых оснований для планирования соревновательной деятельности в академическом понимании данного термина. Эта специфика детерминирует особую роль и ценность знаний соревновательного потенциала каждого отдельно взятого спортсмена, представляющих собой основу для выбора траектории стратегического замысла тренировочного процесса на основе учета индивидуальных параметров и особенностей занимающихся.

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса. М.: Физкультура и спорт, 1985. 176 с.
2. Платонов В.Н. Подготовка высококвалифицированных спортсменов. М.: Физкультура и спорт, 1986. 286 с.
3. Платонов В.Н. Система спортивной тренировки // Современная система спортивной подготовки. М., 1995. С. 80–193.
4. Платонов В.Н. Теория и методика спортивной тренировки. Киев: Вища школа, 1984. 350 с.
5. Пилюк Н.Н. Пути формирования структуры соревновательной деятельности акробатов высокой квалификации // Теория и практика физической культуры. 1999. № 3. С. 23–25.
6. Туманян Г.С. Моторные факторы спортивных достижений борцов. М.: ГЦОЛИФК, 1992. 58 с.
7. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. М.: Советский спорт, 1997. 383 с.
8. Родионов А.В. Принцип психофизического сопряжения в подготовке спортсменов-единоборцев высокой квалификации // Теория и практика физической культуры. 2001. № 11. С. 34–36.
9. Новиков А.А. и др. Управление подготовкой высококвалифицированных спортсменов в видах спортивных единоборств. М.: Госкомспорт СССР, 1989. 49 с.
10. Попов Г.И., Резинкин В.В., Акопян А.О. Сопряженная техническая и физическая подготовка в спортивных единоборствах // Теория и практика физической культуры. 2000. № 7. С. 42–45.
11. Чумаков Е.М. Масштабы соревновательной деятельности борца // Теория и практика физической культуры. 1999. № 2. С. 16–20.
12. Пилюк Н.А. Основы научно-исследовательской деятельности (на примере физкультурного вуза). Малаховка: МГАФК, 1997. 66 с.
13. Калмыков С.В. Проявление быстроты у борцов различного возраста и квалификации // Теория и практика физической культуры. 1988. № 11. С. 35–37.
14. Пилюк Н.А. Экспериментальное исследование тактики проведения технических действий в спортивной борьбе: автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 1971. 23 с.
15. Игуменов В.М., Подливаев Б.А. Спортивная борьба. М.: Просвещение, 1993. 240 с.

16. Подливаев В.М. Моделирование тренировочных заданий в спортивной борьбе // Теория и практика физической культуры. 1999. № 2. С. 55–57.

17. Клещев В.Н., Блеер А.Н., Аджикаримов Т.З. Особенности соревновательной деятельности кикбоксеров в связи с фактором победы-поражения в поединке. Актуальные проблемы спортивных единоборств. Теория и методика подготовки спортсменов. М.: ФОН, 2000. 95 с.

18. Шустин Б.Н. Проблема разработки модельных характеристик соревновательной деятельности спортсменов // Теория и практика физической культуры. 1983. № 11. С. 25–27.

19. Суслов Ф.П., Сыч В.Л., Шустин Б.Н. Современная система спортивной подготовки. М.: Издательство «СААМ», 1995. 448 с.

20. Акопян А.О. Организация научно-практических исследований на базе центра единоборств ВНИИФКа // Теория и практика физической культуры. 2003. № 10. С. 48–49.

21. Новиков А.А., Вангелов Ж., Горанов Б. Улучшение результатов поединков в единоборствах на основе преимущественного выполнения излюбленных атакующих приемов // Теория и практика физической культуры. 2004. № 3. С. 51–53.

## MODEL CHARACTERISTICS OF COMBAT ATHLETES' COMPETITIVE ACTIVITIES

© 2017

**Vershinin Mikhail Alexandrovich**, doctor of pedagogical sciences,  
professor of Theory and Methods of Physical Education Department

**Plotnikov Artem Olegovich**, postgraduate student of Theory and Methods of Physical Education Department  
*Volgograd State Physical Education Academy (Volgograd, Russian Federation)*

*Abstract.* On the basis of retrospective analysis of scientific and methodological literature the authors consider model-wide characteristics of combat athletes' competitive activity and describe the structure of competitive activities, with focus on achieving maximum rate of individual performance in a chosen form of martial arts. A wide range of technical actions and a broad spectrum of potential conflict situations, regularly manifested in the course of martial arts, particularly in Taekwondo, determine the features of operations, actions, and mechanisms for their improvement. This paper discusses the classification of specific activities (combat athlete activity in wrestling; performance of basic tactical and technical actions; combat athlete activities in separate parts (preliminary and final stage) of the competition; the activities of combat athlete in a separate co-efforts; the activities of combat athlete in the aggregate number of competitions), limited by temporal and spatial factors. The authors present a list of specialized and generalized model characteristics of competitive activity, in which according to martial arts include the following indicators: a variety of defensive and offensive action; the amount of defensive and offensive action; the activity of protective and attacking action; the effectiveness of defensive and offensive actions. In conclusion it is noted that the model characteristics of competitive activity must disclose the following aspects in combat sports: activity, variety and volume, effectiveness of the demonstrated technical-tactical actions.

*Keywords:* structure of competitive activity; athletes; martial artists; model characteristics of competitive activity in martial arts; technical skill in taekwondo; competitive practice in martial arts; integrated evaluation of technical and tactical actions in martial arts.

УДК 378.4

## ФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ АСПЕКТ СИСТЕМЫ КОНТРОЛЯ УРОВНЯ СФОРМИРОВАННОСТИ ИНОЯЗЫЧНЫХ РЕЧЕВЫХ УМЕНИЙ СТУДЕНТОВ ЮРИДИЧЕСКИХ ФАКУЛЬТЕТОВ В СФЕРЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОММУНИКАЦИИ

© 2017

**Викулина Ольга Владимировна**, старший преподаватель  
кафедры иностранных языков гуманитарных направлений

*Петрозаводский государственный университет (г. Петрозаводск, Российская Федерация)*

*Аннотация.* В статье представлен анализ системы контроля уровня сформированности иноязычных речевых умений студентов юридических факультетов в сфере профессиональной коммуникации, разрабатываемой и апробируемой автором статьи в Петрозаводском государственном университете. Необходимость разработки данной системы обусловлена стремлением к тому, чтобы сделать контроль уровня обученности студентов иностранным языкам более объективным, системным, коммуникативным, дифференцированным, всеобъемлющим и менее стрессовым, повысить роль самоконтроля в учебной деятельности будущих юристов. Особое внимание в статье уделяется функциональному компоненту системы контроля, так как именно функции контроля отвечают за грамотную организацию контрольных процедур, влияние контроля на учебный процесс, оценку результата, мотивацию студентов к дальнейшему изучению языка, развитие знаний, умений и навыков средствами контроля. Наглядно представлена реализация функций контроля на всех этапах учебного процесса и их роль при проведении разных видов контроля: входного, текущего, рубежного и итогового. В статье также дается краткая характеристика других компонентов системы контроля уровня развития профессиональной иноязычной коммуникативной компетенции студентов юридических факультетов вузов: целевого, содержательного и критериального.