

УДК 796.011.3

ЭТАПЫ И ЗАДАЧИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ

Макаров А.Л., доцент, тел. 8(8422) 55-95-63, makaroval73@mail.ru

Макарова Е.В., кандидат педагогических наук, доцент,

тел. 8(8422) 55-95-63, vasillevna73@mail.ru

ФГБОУ ВО Ульяновский ГАУ

Леонтьева Г.Н., учитель, тел. 89278068496,

prochkinagalina@mail.ru

ОГКОУ школа №19

Ключевые слова: тактическая подготовка, спортсмены, виды спорта, методы, спортивная тактика, тренировка.

Работа посвящена разработке научно обоснованных, общих для большинства видов спорта методов совершенствования тактической подготовки спортсменов. В рамках исследования анализируются существующие подходы к формированию тактического мышления, выявляются ключевые компоненты успешной тактической деятельности и предлагаются инновационные педагогические технологии, направленные на повышение эффективности тренировочного процесса. Особое внимание уделяется созданию моделей тактических ситуаций, имитирующих реальные игровые или соревновательные условия, а также разработке критериев оценки уровня тактической подготовленности. Предлагаемые методики учитывают возрастные, психологические и физиологические особенности спортсменов различных дисциплин, стремясь к созданию универсального инструментария для тренеров и специалистов в области спортивной науки.

В настоящее время большое значение для теории и практики тактической подготовки спортсменов приобретает разработка научно обоснованных методов совершенствования, которые могли бы послужить основой для создания или уточнения конкретных методических приемов во всех или в большинстве видов спорта [1].

Вопрос о методах совершенствования спортсменов в тактике не был до сих пор объектом специальных исследований [2]. Если он в какой-то мере и обсуждался в литературе, то чаще всего не как главный. Одним из существенных недостатков имеющихся пособий нужно считать то малое внимание, которое уделяется в них методике тактической подготовки [3]. Вследствие этого нет еще достаточно четкого и полного понимания места в тренировке основных методов совершенствования в тактике, не раскрыты полностью возможности синтезировать в этих методах передовой опыт, накопленный в различных видах спорта, для общего роста спортивных достижений [4].

Экспериментальной разработке вопросов тактической подготовки уделяют до сих пор еще мало внимания, несмотря на то что в физиологии высшей нервной деятельности и психологии уже имеются данные, которые могут, если не объяснить, то во всяком случае наметить пути их разрешения.

Каждый вид спорта имеет свои специфические особенности как по форме, так и по содержанию, в том числе свои правила соревнований и традиции. Тактическая подготовка в командных спортивных играх отличается целым рядом особенностей от тактической подготовки, например, в видах спорта с циклической структурой движений [5]. Такие особенности ориентируют тренеров на тщательное изучение частных методических приемов в каждом отдельном виде спорта. Но вместе с тем результаты наших исследований показывают, что основные методические положения и закономерности тактической подготовки являются общими для большинства видов.

Тактическая подготовка синтезирует развитые физические и технические возможности спортсмена, его волевые качества и содействует их наиболее полному и эффективному проявлению в соревнованиях. С другой стороны, физическая и техническая подготовка спортсмена в совокупности формирует базу для скорейшей реализации задач тактической подготовки.

Тактическая подготовка является педагогическим процессом, направленным на усвоение спортсменами необходимых знаний в области тактики, на формирование у спортсменов определенных навыков и умений правильного ведения спортивной борьбы, а также на совершенствование тактического мастерства.

Всю систему тактической подготовки можно условно подразделить на две взаимосвязанные части: теоретическую и практическую подготовку.

В процессе теоретической подготовки спортсмен изучает сначала главное содержание тактики своего вида спорта, затем общие принципы и закономерности спортивной тактики. Зная их, которые он может творчески использовать все богатства тактики в «смежных» видах спорта для пополнения собственного тактического арсенала.

В тактической подготовке имеет смысл выделить четыре этапа:

I. Овладение отдельными приемами тактики и элементарными взаимодействиями с партнерами по команде.

II. Овладение несколькими достаточно жесткими схемами соревновательных действий, характерными для типичных ситуаций спортивной борьбы (термин «схема» применен как обобщающее понятие, включающее различные системы и комбинации).

III. Развитие у спортсменов умения более гибко и тонко пользоваться освоенными тактическими системами, комбинациями с учетом собственных возможностей и данных.

IV. Развитие у спортсменов маневренных способностей, умения создавать в каждом матче конкретные планы атаки и защиты исходя из обстановки на поле (площадке, ринге, ковре или дорожке), из учета слабых и сильных сторон противника. Первые два этапа раскрывают содержание обучения спортсменов тактике, а третий и четвертый – процесс совершенствования, методы которого являются предметом специального рассмотрения в данной работе.

Основные задачи совершенствования спортсменов в тактике:

1. Совершенствование рационального распределения сил спортсмена в ходе соревнования.

2. Совершенствование целесообразного использования техники для решения конкретных соревновательных задач.

3. Совершенствование взаимодействий с партнерами по команде.

4. Совершенствование гибкого применения основных тактических систем, комбинаций и их вариантов.

Способы ведения тактической борьбы в спорте весьма разнообразны. Это объясняется тем, что условия и характер проведения

соревнований по различным видам спорта далеко не одинаковы; кроме того, каждый вид спорта имеет свои особые правила.

Но вместе с тем в тактике, и особенно в тактической подготовке отдельных видов спорта, имеется много общих положений и моментов. Как известно, наиболее общие признаки явления или процесса яснее всего вскрываются при создании научно и практически обоснованной классификации, первой ступенью которой является группировка.

Для группировки видов спорта в соответствии с особенностями тактики и тактической подготовки целесообразно выбрать следующие признаки: на первой ступени – характерные особенности ведения спортивной борьбы и на второй ступени – специфика контакта с противником.

В соответствии с указанными признаками все многочисленные виды спорта (и их разновидности) могут быть сведены в пять основных групп.

I группа. Условия соревнований в этой группе видов спорта характеризуются тем, что спортсмены выступают отдельно друг от друга в последовательности, определяемой жеребьевкой, и непосредственного контакта между участниками нет. Специфической задачей тактики в данной группе является рациональное распределение сил спортсмена по попыткам (подходам).

В группу входят виды спорта: гимнастика, фигурное катание на коньках, легкоатлетические прыжки и метания, прыжки в воду, прыжки на лыжах с трамплина, тяжелая атлетика, городки.

II группа. Группа характеризуется тем, что участники выступают не по одному, последовательно, а одновременно, сразу все вместе или по парам, тройками, четверками и т.д. В этих условиях имеет место более тесный контакт между противниками и возможно некоторое взаимодействие между партнерами по команде.

В зависимости от специфики контакта могут быть выделены следующие две подгруппы:

Подгруппа А. Противники выступают по отдельным дорожкам, и между ними нет близкого контакта. В подгруппу входят: легкоатлетический бег на 100, 200 и 400 м, академическая гребля, плавание, бег на коньках.

Подгруппа Б. Противники выступают по одной дорожке, при этом происходит контакт между участниками, возможно взаимодействие с партнерами по команде. В подгруппу входят: легкоатлетический бег на средние и длинные дистанции, кроссы, лыжные гонки, гребля на байдарках и каноэ, велосипедные гонки.

III группа. Характерным условием соревнования в данной группе является единоборство с противником. Соревнования здесь проводятся путем двухсторонних встреч, и окончательный исход определяется по их результатам. Ярко выражен контакт с противником. В группу входят: фехтование, бокс, борьба (классическая, вольная, самбо), теннис.

IV группа. Сюда входят все виды спорта, в которых участники выступают друг против друга в составах команд. Контакт между командами полный, имеются отдельные элементы единоборств. В группу включены виды спорта: футбол, хоккей с шайбой, хоккей с мячом, хоккей на траве, регби, баскетбол, ручной мяч, бейсбол, волейбол.

V группа. Многоборья. Тактика в многоборье складывается из тактики отдельных видов спорта и общего тактического плана выступления на протяжении всего соревнования. В группу входят: легкоатлетическое пятиборье и десятиборье, лыжное двоеборье, биатлон, горнолыжное троеборье, современное пятиборье, конькобежное многоборье.

Таким образом, приведенная группировка позволяет исследовать вопросы, которые являются общими для тактической подготовки в целом ряде видов спорта, а также сопоставлять наиболее интересные особенности их тактики. Всем этим и воспользовались авторы в последующих разделах при освещении методов теоретической и практической подготовки спортсмена в области тактики.

Библиографический список:

1. Салмова, Е. Д. Управление повышением эффективностью технической и тактической подготовки спортсменов в волейболе на этапе начальной подготовки / Е. Д. Салмова // Приоритетные направления развития спорта, туризма, образования и науки : Сборник материалов V Международной научно-практической конференции молодых ученых и студентов, Нижний Новгород, 21–23 ноября 2024

года. – Нижний Новгород: Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет им. Н.И. Лобачевского, 2024. – С. 346-350. – EDN NPDDEA.

2. Макарова, Е. В. Влияние экспериментального двигательного режима на физическое развитие обучающихся / Е. В. Макарова, А. Л. Макаров, Ю. Н. Кузнецова // Инновационные технологии в высшем образовании : Материалы Национальной научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава, Ульяновск, 16 декабря 2021 года. – Ульяновск: Ульяновский государственный аграрный университет им. П.А. Столыпина, 2022. – С. 97-99. – EDN BZNWEO.

3. Скалозуб, А. Г. Тактическая подготовка спортсменов / А. Г. Скалозуб, А. А. Едыгов // Научные исследования 2024 : Сборник статей XI Международной научно-практической конференции. В 2-х частях, Пенза, 12 июня 2024 года. – Пенза: Международный центр научного сотрудничества "Наука и Просвещение", 2024. – С. 184-187. – EDN COWXYG.

4. 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. – EDN ECDCVO.

5. Борисенкова, Е. С. Экспериментальное обоснование эффективности некоторых средств тактической подготовки танцоров-спортсменов / Е. С. Борисенкова, А. С. Даренских // Мир науки. Педагогика и психология. – 2024. – Т. 12, № 3. – EDN NQMNFV.

STAGES AND OBJECTIVES OF IMPROVING THE TACTICAL TRAINING OF ATHLETES

Makarov A.L., Makarova E.V.
FSBEI HE Ulyanovsk SAU
Leontyeva G.N.
OGKOU school No. 19

Keywords: *tactical training, athletes, sports, methods, sports tactics, training.*

This work is devoted to the development of scientifically based methods for improving the tactical training of athletes, common to most sports. The study analyzes existing approaches to developing tactical thinking, identifies key components of successful tactical activity, and proposes innovative pedagogical technologies aimed at increasing the effectiveness of the training process. Particular attention is paid to the creation of models of tactical situations simulating real game or competition conditions, as well as the development of criteria for assessing the level of tactical preparedness. The proposed methods take into account the age, psychological, and physiological characteristics of athletes in various disciplines, striving to create a universal toolkit for coaches and sports science specialists.