

4. Ашкинази С.М. Инновации в развитии теории и практики обучения военнослужащих рукопашному бою (результаты исследования последних 20 лет) / С.М. Ашкинази, В.В. Кузьмин // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2008. – № 7. – С. 6–11.
5. Бережнова Л.Н. Самообразование курсантов образовательной среде военного вуза: проблемы и пути их решения / Л.Н. Бережнова, М.М. Гупалов // Ученые записки университета П.Ф. Лесгафта. – 2014. № 10 (116). – С. 181-185.
6. Ларин А.Н. Применение современных педагогических технологий в обучении курсантов вузов Росгвардии методике физического самосовершенствования / А.Н. Ларин, К.С. Кручинина. – DOI: <http://doi.org/10.15350/24097616.2019.5.23> // CITISE. – 2019. – № 5 (22). – С. 252–261.
7. Фудак Е.И. Инновации в физическом самосовершенствовании курсантов средствами рукопашного боя / Е.И. Федак, А.Н. Ларин, К.С. Рыжов // Педагогика в физической культуре, спорте и хореографии. – Санкт-Петербург: НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2020. – С. 103–109.
8. Особенности методики физического самосовершенствования в процессе практических занятий по боевым приемам в вузах Росгвардии / Е.И. Федак, А.Н. Ларин, К.С. Рыжов, С.В. Лузин, К.С. Кручинина // Мир образования – образование в мире. – 2020. № 3. – С. 82–87.

REFERENCES

1. Adrakhmagov, Z.A., Ishanov, P.Z., Koshkumbaev, K.T. and Suimukhanov, U.A. (2017), “Pedagogical foundations of upbringing and self-education of future specialists in physical education and sports”, *International Journal of Expert Education*, No. 3-2, pp. 126–130.
2. Ashkinazi, S.M. (1994), “Characteristic features, problems and ways of development of hand-to-hand combat and combat single combats in the system of training and education of military personnel”, *Theory and methodology of physical training*, No. 1, pp. 105–109.
3. Ashkinazi, S.M. and Marischuk, V.L. (2001), *Questions of the theory and practice of hand-to-hand combat in the Armed Forces of the Russian Federation: monograph*, Military Institute of Physical Culture, Petersburg.
4. Ashkinazi, S.M. and Kuzmin, V.V. (2008), “Innovations in the development of theory and practice of teaching military personnel hand-to-hand combat (research results of the last 20 years)”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 7, pp. 6-11.
5. Berezhnova, L.N. and Gupalov, M.M. (2014), “Self-education of cadets in the educational environment of a military university: problems and solutions”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 116, No. 10, pp. 181-185.
6. Larin, A.N. and Kruchinina, K.S. (2019), “The use of modern pedagogical technologies in the training of cadets of higher educational institutions of the Russian Guard under the method of physical self-improvement”, *CITISE*, Vol. 22, No. 5, pp. 252–261, DOI: <http://doi.org/10.15350/24097616.2019.5.23>.
7. Larin, A.N., Fedak E.I. and Ryzhov K.S. (2020), “Innovations in physical self-improvement of cadets by means of hand-to-hand combat”, *Pedagogy in physical culture, sports and choreography*, St. Petersburg: NSU im. P.F. Lesgaft, pp. 103–109.
8. Larin, A.N., Fedak E.I., Ryzhov K.S., Luzin S.V. and Kruchinina K.S. (2020), “The peculiarity of the methodology of physical self-improvement in the process of practical training in combat techniques in the universities of the Russian Guard”, *World of Education – Education in the World*, No. 3. pp. 82–87.

Контактная информация: Larsan59@mail.ru

Статья поступила в редакцию 20.01.2021

УДК 796.81

ХАРАКТЕРИСТИКА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТСМЕНОК РАЗЛИЧНОГО ВОЗРАСТА И КВАЛИФИКАЦИИ В ЖЕНСКОЙ БОРЬБЕ

Вероника Андреевна Лебедева, аспирант, Борис Иванович Тараканов, доктор педагогических наук, профессор, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Аннотация

В статье представлены результаты сравнительного анализа основных характеристик соревновательной деятельности спортсменок различного возраста и квалификации. Анализ показал, что девушки-борцы ведут более активную и эффективную борьбу по сравнению с женщинами-борцами, но им присуще недостаточное владение защитными технико-тактическими действиями в стойке и партере. Выявлены основные особенности соревновательной деятельности, которые необходимо учитывать для повышения эффективности подготовки спортсменок.

Ключевые слова: женская борьба, соревновательная деятельность, девушки-борцы, спортивно-технические показатели.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2021.1.p188-191

CHARACTERISTIC OF COMPETITIVE ACTIVITY OF ATHLETES OF DIFFERENT AGES AND QUALIFICATIONS IN WOMEN'S

Veronica Andreevna Lebedeva, the post-graduate student, Boris Ivanovich Tarakanov, the doctor of pedagogical sciences, professor, The Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg

Abstract

The article presents the results of a comparative analysis of the main characteristics of the competitive activity of female athletes of various ages and qualifications. The analysis showed that female wrestlers are more active and effective in wrestling compared to female wrestlers, but they are inherently inadequate in defensive technical and tactical actions in the standing position and on the ground. The main features of competitive activity have been revealed, which must be taken into account to improve the efficiency of training female athletes.

Keywords: female free-style wrestling, female fighter, competitive activity, sports and technical indicators.

Женская борьба является полноправным участником олимпийских игр с постоянным ростом популярности и повышением числа занимающихся. Но снисходительное отношение многих специалистов-практиков и ученых к женскому спорту препятствует адекватному развитию научного обоснования и совершенствования подготовки спортсменок в женской борьбе [1, с.44].

Спортсменки различных стран Европы, Азии, Америки и Африки достаточно успешно представляют свою страну на международной арене.

Важнейшим компонентом в подготовки женщин-борцов является регулярный и своевременный контроль различных сторон технико-тактической подготовленности [3].

Анализ наиболее важных спортивно-технических показателей соревновательной деятельности спортсменок дает возможность для характеристики основных тенденций и особенностей развития женской борьбы, а также для определения направленности необходимых изменений в содержании подготовки [2].

Для определения особенностей соревновательной деятельности в женской борьбе проведен анализ видеозаписей и протоколов соревнований спортсменок различной квалификации по результатам выступлений на первенстве и чемпионате Европы 2019 года. Обобщенные данные спортивно-технических показателей этой деятельности представлены в таблице 1. Подробный анализ содержания таблицы 1 говорит о том, что большинство поединков девушек-борцов заканчивается победами по баллам (50,3%). Кроме того, спортсменки побеждают за счёт удерживания соперниц на лопатках (на туше) в 25,8% схватках или по техническому превосходству – 23,4%.

Если сравнить полученные данные с аналогичными соотношениями качествами побед у женщин-борцов высокой квалификации, то можно зафиксировать, что у них на 9,6% меньше побед по баллам. Количество побед по техническому превосходству и на туше у девушек 15-16 лет больше, чем у женщин на 6,6% и на 2,95%, соответственно. Та-

кое количество снижения побед по баллам и увеличения побед по техническому превосходству и туше свидетельствует как об упорной равной борьбе, так и о больших недостатках в их защитных действиях в стойке, при атаке соперницы переводом захватом ног или в партере путём проведения переворота накатом, рычагом, а также о слабой защите при удержании соперницы на борцовском мосту.

Таблица 1 – Спортивно-технические показатели соревновательной деятельности спортсменок различной квалификации и возраста

Спортивно-технические показатели	Девушки 15-16 лет			Женщины			t	p
	Абсолютное значение	%	M±m	Абсолютное значение	%	M±m		
Кол-во участниц	141	100	-	138	100	-	-	-
Кол-во выигранных поединков,	167	100	-	167	100	-	-	-
- по баллам	84	50,3	-	100	59,9	-	-	-
- по техническому превосходству	39	23,35	-	28	16,8	-	-	-
- на туше	43	25,75	-	38	22,8	-	-	-
- по снятию соперницы	1	0,6	-	1	0,6	-	-	-
Результативность ТД (баллы):	-	-	2,03±0,04	-	-	1,91±0,05	-	-
-в первом периоде	-	-	2,06±0,04	-	-	1,85±0,06	2,9	p<0,05
-во втором периоде	-	-	2,00±0,06	-	-	1,95±0,05	-	-
Среднее кол-во ТД за схватку	-	-	4,20±0,17	-	-	4,61±0,16	-	-
Среднее кол-во баллов за схватку	-	-	8,53±0,33	-	-	8,81±0,42	-	-
Среднее кол-во ТД в минуту	-	-	1,15±0,09	-	-	1,27±0,09	-	-
Среднее кол-во баллов в минуту	-	-	2,34±0,19	-	-	2,41±0,19	-	-
Интервал результативной атаки (с)	-	-	44,98±2,27	-	-	64,59±2,85	5,4	p<0,05
Среднее время схватки (мин., с)	-	-	3.60±6	-	-	4.55±9	3,6	p<0,05

Примечание: ТД – техническое действие; M– среднее арифметическое; m – ошибка среднего арифметического; t– Критерий Стьюдента; p – достоверность различий.

Продолжая анализ основных характеристик соревновательной деятельности, представленных в таблице 1, можно отметить, что результативность технико-тактических действий у девушек-борцов достаточно высокая и средний показатель составляет 2,03±0,04 балла, а у женщин-борцов – 1,91±0,05 балла. Необходимо отметить наличие достоверных различий результативности технических действий в первом периоде, это говорит о том, что девушки имеют большую эффективность проведения приемов, о чём свидетельствует меньшее среднее время схватки по сравнению с женщинами.

Выявлено, что значение среднего количества баллов и технических действий в минуту у спортсменок 15-16 лет меньше и составляет 2,34±0,19 балла и 1,15±0,09, а у женщин-борцов высокой квалификации – 2,41±0,19 балла и 1,27±0,09. Также заметно меньше значение показателя среднего числа технических действий за схватку у девушек (4,20±0,17) по сравнению с женщинами (4,61±0,16) и выигранных баллов за схватку (8,53±0,33 и 8,81±0,42). Это говорит о недостаточном уровне тактического мастерства девушек-борцов, связанного с меньшей эффективностью применения ими защитных действий.

Вместе с тем, показатель интервала результативной атаки у девушек-борцов 15-16 лет составляет 44,98±2,27 с, что говорит о зрелищности поединков и эффективности действий спортсменок, а у женщин-борцов он равен 64,59±2,85 с вследствие повышенной осторожности ведения поединка, обусловленной применением оптимальной защиты.

Результаты сравнительного анализа характеристик соревновательной деятельности девушек-борцов 15-16 лет и спортсменок высокой квалификации в современной женской борьбе позволяют сделать следующие обобщения:

– большинство поединков девушек-борцов заканчивается победами по баллам, свидетельствуя об упорной бескомпромиссной борьбе, а остальные победы по техническому превосходству и на туше говорят о недостаточном владении защитными технико-тактическими действиями в стойке и в партере, а также на борцовском мосту;

- полученные данные результативности технических действий и интервала результативной атаки свидетельствуют о том, что девушки-борцы 15-16 лет ведут более активную и эффективную борьбу по сравнению со спортсменками высокой квалификации;
- установленные различия спортивно-технических показателей говорят о вполне достаточном уровне подготовленности спортсменок кадетского возраста, что позволяет позитивно оценить перспективы развития женской борьбы;
- анализ содержания и структуры соревновательных поединков девушек-борцов 15-16 лет позволил выявить особенности соревновательной деятельности, которые могут служить исходными данными для совершенствования системы подготовки спортсменок данного возраста.

ЛИТЕРАТУРА

1. Апойко Р.Н. Спортивная борьба: эволюция, тенденции проблемы и приоритетные пути их решения : монография / Р.Н. Апойко, Б.И. Тараканов. – Санкт-Петербург : Изд-во Политехн. ун-та, 2015. – 94 с.
2. Воробьева Н.В. Сравнительный анализ характеристик соревновательной деятельности борцов вольного стиля разного пола на Играх XXXI Олимпиады в Рио-Де-Жанейро / Н.В. Воробьева, А.Б. Таймазов, Б.И. Тараканов // Ученые записки Университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 12 (154). – С. 55–59.
3. Неробеев Н.Ю. Различия спортивно-технических показателей соревновательной деятельности борцов-юниоров вольного стиля в зависимости от пола / Н.Ю. Неробеев, Б.И. Тараканов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2011. – № 1(71). – С. 68–72.

REFERENCES

1. Apoyko, R.N. and Tarakanov B.I. (2015), *Wrestling: evolution, tendencies, problems and priority ways of their decision: monograph*, Polytechnic University publishing house, St. Petersburg.
2. Vorobyova, N.V., Taymazov, A.B. and Tarakanov, B.I. (2017), “Comparative analysis of characteristics of competitive activity of fighters of freestyle of different gender at the XXXI Olympic Games in Rio de Janeiro”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 154, No. 12, pp. 55–59.
3. Nerobeev, N.Yu. and Tarakanov, B.I. (2011), “Differences of sport and technical competitive activity of free style junior wrestlers depending on the gender”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 71, No. 1, pp. 68–72.

Контактная информация: veronika6761@rambler.ru

Статья поступила в редакцию 25.01.2021

УДК 378.147

ЭФФЕКТИВНОСТЬ МЕТОДА ОНЛАЙН ОБУЧЕНИЯ ПРИ РЕАЛИЗАЦИИ ЗАОЧНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СТУДЕНТОВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»

Анна Юрьевна Липовка, кандидат педагогических наук, доцент, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург; Татьяна Валерьевна Бушма, кандидат педагогических наук, доцент,

Елена Георгиевна Зуйкова, кандидат педагогических наук, доцент, Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого; Владимир Петрович Липовка, доктор педагогических наук, профессор, старший научный сотрудник, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург

Аннотация

Организация дистанционного обучения на всех уровнях образования, в том числе и высшего, является важной составляющей современного образовательного процесса. Статья содержит результаты обучения в режиме онлайн курсу «Физическая культура и спорт», который внедрен в обра-