

REFERENCES

1. Apoyko, R.N. and Tarakanov, B.I. (2013), “Dynamics of quantity of the weight categories in Olympic Games on wrestling”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 101, No. 7, pp. 7-13.
2. Apoyko, R.N. and Tarakanov, B.I. (2013), “Evolution and tendencies of development of the wrestling in modern Olympic movement”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 102, No. 8, pp. 7-12.
3. Goranov, B., Apojko, R.N., Nerobeev, N.J., Tarakanov, B.I. (2011), “Technical and tactic actions effectiveness of top level wrestlers in modern Greece-Roman wrestling”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 74, No. 4, pp. 35-40.
4. Avdeev, J.V., Tarakanov, B.I., Vorobev, V.A. and Nerobeev, N.J. (2009), “Benchmarking study of competition activity’s particularities of both sex top wrestlers”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 52, No. 6, pp. 6-9.

Контактная информация: apojkorn@mail.ru

Статья поступила в редакцию 04.07.2014.

УДК 796.56

АНАЛИЗ СОСТОЯНИЯ И ПРОБЛЕМ ОРГАНИЗАЦИИ ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В СПОРТИВНОМ ОРИЕНТИРОВАНИИ

Эдвард Станиславович Ародь, аспирант,

Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма (СГАФКСТ), Смоленск

Аннотация

В статье рассматриваются проблемы организации тактической подготовки спортсменов, специализирующихся в беговых видах ориентирования. С целью повышения эффективности процесса тактической подготовки был проведен опрос тренеров и квалифицированных спортсменов-ориентировщиков. В результате установлено, что основными средствами формирования тактического мастерства являются анализ путей движения победителей соревнований (80,7%) и упражнения на выбор пути между контрольными пунктами, выполняемые на местности (73,1%). При определении значимости компонентов общей тактической подготовленности на первое место респонденты поставили способность к самостоятельному тактическому мышлению (ранг 1,5 балла), а при реализации оперативно-текущей тактической подготовленности, по мнению тренеров и спортсменов, главную роль играет способность выбрать наиболее эффективный вариант движения между контрольными пунктами (ранг 1,6 балла). Полученные в процессе исследования результаты можно использовать в качестве модельных характеристик при управлении многолетним учебно-тренировочным процессом, делая при этом определённые поправки на возраст и пол спортсменов-ориентировщиков.

Ключевые слова: спортивное ориентирование, тактическая подготовка, средства тактической подготовки, общая и оперативно-текущая тактическая подготовленность спортсменов.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2014.07.113.p23-27

ANALYSIS OF THE STATE AND PROBLEMS OF THE ORGANIZATION OF TACTICAL PREPARATION IN SPORTS ORIENTEERING

Edvard Stanislavovich Arod, the competitor,

Smolensk State Academy of Physical Education, Sports and Tourism

Annotation

The article deals with the problem relating to the planning of the athletes tactical training, specializing in cross-country orienteering. In order to improve the effectiveness of the tactical training the author conducted the survey of the qualified orienteering coaches and athletes. As a result it has been found that

the main tools for training the tactical skills include the analyzing of the ways for movement of the winners in the competition (80.7%) and exercises to choose the path between the checkpoints performed on the ground (73.1%). In determining the significance of the components in the overall tactical training the respondents put the capacity for independent tactical thinking on the first place (rank 1.5 points), and under implementation of the operational and current tactical preparedness, according to the coaches and athletes, the main role is taken by the ability to select the most efficient way for the movement between the checkpoints (rank 1.6 points). Having been obtained during the study, the results can be used as a model for management of the long-term training process, while making certain adjustments for the age and gender of the orienteering athletes.

Keywords: sports orienteering, tactical training, tactical training facilities, general and operational-tactical current preparedness athletes.

Согласно результатам научных исследований, ориентирование можно считать видом спорта с преимущественным проявлением выносливости [1, 2]. В спортивном ориентировании планировка трасс и местность соревнований бесконечно разнообразны и каждая дистанция требует поиска оптимального тактического варианта её прохождения. Однако можно выделить ряд тактических ситуаций, в которых спортсмен должен действовать быстро и правильно, по типу простой реакции.

МЕТОДИКА

С целью выявления особенностей тактической подготовки ориентировщиков, нами был предпринят анкетный опрос квалифицированных спортсменов и тренеров. Было опрошено 129 человек, из них 103 спортсмена, специализирующихся в ориентировании бегом (27 мастеров спорта и 76 КМС) и 26 тренеров, в возрасте от 24 до 55 лет, имеющих высшую (42,3%) и первую тренерскую категорию, стаж профессиональной деятельности которых в среднем составляет 24,8 лет.

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ЧАСТЬ

В результате анализа результатов анкетирования было установлено, что большинство тренеров высоко оценивают значимость тактической подготовленности для достижения высокого спортивного результата ($M=9,076$ по 10-ти бальной шкале). Вместе с тем, обращает на себя внимание тот факт, что наблюдается достаточно большое расхождение во мнениях специалистов, относительно применения оптимального объёма тактической подготовки на различных этапах многолетнего учебно-тренировочного процесса. Например, на этапе предварительной подготовки рекомендуется от 3 до 20% времени уделять формированию тактической подготовленности, на этапе начальной специализации – от 1 до 30% времени использовать на тактическую подготовку, на этапе углубленной тренировки от 4 до 40%, на этапе спортивного совершенствования от 8 до 40%, а на этапе высшего спортивного мастерства от 9 до 40% (табл. 1).

Таблица 1

Реальный и оптимальный объём тактической подготовки на различных этапах учебно-тренировочного процесса (средние данные)

Этапы подготовки	Реальный объём, в %	Оптимальный объём, в %
Этап предварительной подготовки	3,57	6,84
Этап начальной спортивной специализации	7,57	10,38
Этап углубленной тренировки	10,61	16,11
Этап спортивного совершенствования	13,34	21,80
Этап высшего спортивного мастерства	14,42	26,30

При рассмотрении данных таблицы 1 обращает на себя внимание тот факт, что на практике, тактической подготовке отводится значительно меньше времени в учебно-тренировочном процессе, чем рекомендуют ведущие специалисты.

Анализ результатов анкетирования показал, что основное внимание тренеры уделяют анализу путей движения победителей и призёров соревнований, при этом широко

применяют различные упражнения на выбор пути между КП на местности с использованием спортивных карт различного масштаба и рельефа (табл. 2).

Таблица 2

Основные упражнения, применяемые в учебно-тренировочном процессе спортсменов-ориентировщиков, с целью формирования тактической подготовленности

Упражнения, направленные на формирование тактического мастерства ориентировщиков	Частота применения (в %)
Анализ путей движения и сплит-таймов победителей и призёров соревнований	80,76
Упражнения на выбор пути движения между КП на местности	73,07
Прохождение дистанций заданного направления в усложнённых условиях	46,15
Соревновательные упражнения в парах	30,43
Различные варианты эстафетного ориентирования	30,43
Теоретические задания на выбор пути движения между КП, проводимые в учебной аудитории	23,07
Повторное прохождение дистанции с предварительным анализом тактических ситуаций	19,23

При характеристике тактической подготовленности спортсменов в большинстве видов спорта выделяется общая и оперативно-текущая тактическая подготовленность. Исходя из этого, следующая часть анкетирования была направлена на выяснение значимости основных составляющих тактической подготовленности спортсменов, специализирующихся в беговых видах ориентирования.

Результаты анкетирования показали, что при рассмотрении важности компонентов общей тактической подготовленности респонденты на первое место поставили способность к самостоятельному тактическому мышлению (табл. 3), а при анализе оперативно-текущей тактической подготовленности специалисты, работающие с ориентировщиками, специализирующимися в беговых видах, указали, что наиболее важное значение они придают способности выбрать оптимальный путь движения между контрольными пунктами (табл. 4).

Таблица 3

Значимость ведущих компонентов общей тактической подготовленности (по данным анкетирования)

Ведущие компоненты общей тактической подготовленности спортсменов-ориентировщиков	Ранг (в баллах)
Способность к самостоятельному тактическому мышлению	1,5
Умение проводить анализ собственных наблюдений	2,8
Знание эффективных форм ведения тактической борьбы	3,1
Умение мобилизоваться в ответственный момент	4,0
Учёт предварительной информации о местности и карте	4,5
Учёт современных тенденций тактической подготовки	5,8
Знание правил соревнований по спортивному ориентированию	5,9

Таблица 4

Значимость ведущих компонентов оперативно-текущей тактической подготовленности (по данным анкетирования)

Компоненты оперативно-текущей тактической подготовленности спортсменов-ориентировщиков	Ранг (в баллах)
Способности выбрать оптимальный путь движения между контрольными пунктами	1,6
Умение эффективно применять различные способы ориентирования в зависимости от типа местности, длины этапа между КП и погодных условий	2,6
Умение составлять и эффективно реализовывать тактический план	3,2
Способность к стратегическому анализу спортивной карты и дистанции соревнований	3,5
Умение раскладывать силы на дистанции	4,9
Взаимодействие с соперником на дистанции	5,4

При анализе тактических приёмов ведения соревновательной борьбы, которые используются в беговых видах ориентирования, респонденты выделили 12 основных. Это, в

первую очередь, выбор оптимального пути движения между контрольными пунктами (69,23%). Обращает на себя внимание тот факт, что не все опрошенные назвали данный тактический приём в числе основных. Это обусловлено тем, что отдельные спортсмены относят выбор пути движения между КП к технике ориентирования, хотя в основе данного действия лежат мыслительные процессы.

К наиболее значимым приёмам ведения тактической борьбы (табл. 5) квалифицированные ориентировщики также отнесли умение регулировать скорость бега при встрече с соперником (46,15%), более внимательное преодоление «зоны вработывания», которая занимает первые 2-3 КП и использование соперников в районе контрольного пункта с целью увеличения визуального охвата точки предполагаемой постановки КП (38,46%).

Таблица 5

Основные тактические приёмы ведения борьбы в беговых видах спортивного ориентирования

Тактические приёмы	Частота применения (в %)
Выбор оптимального пути движения между КП	69,23
Регулирование скорости бега при встрече с соперником	46,15
Более внимательное преодоление «зоны вработывания»	38,46
Использование соперников в районе контрольного пункта	38,46
Стратегический анализ дистанции с целью определения, точное или грубое ориентирование будет преобладать на данной местности	34,61
Выбор привязки (точки «атаки») контрольного пункта	34,61
Использование «встречного бега» при заходе на КП	26,92
Более детальный выбор пути движения при реализации длинных и сверхдлинных перегонов между КП	23,07
Целенаправленное использование более «сильных» сторон технической подготовленности на отдельных участках дистанции, которые имеют ярко выраженную специфику	19,23
Снижение скорости бега при подходе к району КП	15,38
Применение счёта пар-шагов с целью повышения точности выхода на КП	3,84
При общем старте – постоянный визуальный контроль лидирующей группы соперников	3,84

ВЫВОДЫ

Таким образом, анализ результатов анкетирования позволяет заключить, что к основным тактическим приёмам в ориентировании бегом следует отнести: а) выбор оптимального варианта пути движения между контрольными пунктами, б) регулировании скорости бега, в) взаимодействие с соперником на дистанции. Наиболее эффективными средствами тактической подготовки являются: а) упражнения с картой в аудитории с целью анализа путей движения победителей и призеров конкретных соревнований, б) отработка тактических приёмов ориентирования на местности с целью формирования индивидуального стиля тактической деятельности исходя из уровня физической подготовленности, наличия и уровня освоенности арсенала основных способов ориентирования.

Тактические действия квалифицированных ориентировщиков в различных стандартных соревновательных ситуациях можно использовать в качестве модельных характеристик при управлении учебно-тренировочным процессом спортивного резерва, делая при этом определённые поправки на возраст и пол спортсменов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Воронов, Ю.С. Повышение эффективности обучения юных спортсменов-ориентировщиков технико-тактическим действиям и навыкам на основе учёта возрастной структуры соревновательной деятельности / Ю.С. Воронов // Учёные записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2012. – № 3 (85). – С. 53-58.
2. Георгиева, М.П. Обоснование уровня технической сложности соревновательных дистанций для ориентировщиков мужской и женской «элиты» / М.П. Георгиева // Учёные записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2012. – № 3 (85). – С. 61-65.

REFERENCES

1. Voronov, Y.S. (2012), "Increasing the effectiveness of training young athletes orienteering technical and tactical actions and skills based on consideration of the age structure of competitive activity", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol.85, No. 3, pp. 53-58.

2. Georgieva M.P. (2012), "Justification of the technical complexity of competitive distances for male and female orienteer's «elite»", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol.85, No. 3, pp. 61-65.

Контактная информация: sgafkorient@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 12.03.2014.

УДК 796.56

СТИМУЛИРУЮЩАЯ СИСТЕМА ОЦЕНКИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ МУНИЦИПАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАНИЙ КАК ФУНДАМЕНТ ЕЕ РАЗВИТИЯ В СУБЪЕКТЕ РФ

Александр Юрьевич Близневский, кандидат педагогических наук, профессор, заслуженный тренер России, Сибирский федеральный университет (СФУ), Красноярск

Аннотация

Для улучшения здоровья и качества жизни граждан приоритетным должно быть развитие массовой физической культуры, а значит, неуклонно должен расти показатель удельного веса граждан РФ, систематически занимающихся физической культурой и спортом. Не случайно достижение этого показателя к 2015 г. планируется до 30%. Проведенные предварительные исследования указывают на определяющую роль муниципалитетов для организации физкультурно-оздоровительного движения, у которых находятся реальные рычаги управления разными процессами развития массового спорта региона в целом. Для оценки деятельности и стимулирования повышения уровня развития физической культуры и спорта в муниципальных образованиях разработано и представлено положение о формировании ежегодного рейтинга муниципальных территорий Красноярского края. Документ позволяет оценить качество деятельности муниципальных органов власти по развитию физической культуры и спорта, определить порядок приоритетности поддержки территорий края в дальнейшем. Полученные показатели рейтинга в разрезе каждого из 7-ми блоков позволяют более четко идентифицировать для каждого муниципального образования, участника рейтинга, «сферы лидерства» и «сферы отставания».

Ключевые слова: физкультурно-оздоровительная деятельность, муниципальные образования, положение о рейтинге.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2014.07.113.p27-34

STIMULATING SYSTEM OF ASSESSMENT OF THE SPORTS AND HEALTH-IMPROVING ACTIVITY OF THE MUNICIPALITIES AS THE BASIS OF ITS DEVELOPMENT FOR THE TERRITORIAL SUBJECT OF THE RUSSIAN FEDERATION

Aleksandr Yuryevich Bliznevskiy, the candidate of pedagogical sciences, professor, Honored Trainer of Russia, Siberian Federal University, Krasnoyarsk

Annotation

The mass physical culture development has to become the priority, so, the indicator of the specific weight of the citizens of the Russian Federation that are systematically engaged in the physical culture and sports has to grow steadily for improvement of the health and quality of life of the citizens. Not incidentally, the achievement of this indicator is planned by 2015 up to 30%. The conducted preliminary researches indicate the defining role of the municipalities for the organization of sports and health-improving move-