

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Годинов Антон Николаевич

вице-президент

Карельская федерация самбо и дзюдо
г. Петрозаводск, Республика Карелия

О МЕТОДИКЕ ФОРМИРОВАНИЯ ПРИЕМОВ У САМБИСТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

Аннотация: в данной статье автор поднимает актуальную проблему развития самбо как вида спорта в сфере развития физической культуры в Карелии. Показано, что тренерам по самбо необходимы знания и умения для подбора и формирования навыков выполнения индивидуальных приемов у молодых самбистов и их отшлифовки у спортсменов высокой квалификации.

Ключевые слова: индивидуальный прием, самбо, тренеры.

В числе исследований, ведущихся в Карелии в сфере развития физической культуры и спорта [1; 3–5] и др. особое внимание уделяется самбо [2; 6].

В самбо индивидуальные приемы выполняют важнейшую роль на стадии реализации результатов многолетних тренировок. Это важнейший фактор, обеспечивающий результативность на соревнованиях. Тренерам необходимы знания и умения для подбора и формирования навыков выполнения индивидуальных приемов.

Анализ работы тренеров в Карелии показал, что ряд из них: не уделяет должного внимания вопросам формирования у спортсменов индивидуальных приемов, надеясь, что они автоматически появятся в процессе тренировок; ведут закрепление за спортсменом одного наиболее часто выполняемого приема, не учитывая того, что по мере взросления у спортсмена изменяется целый ряд параметров, в результате чего ранее отшлифованный прием перестает быть резуль-

тативным и есть необходимость его откорректировать или заменить его на другой; не учитывают того, что соперники и тренеры собирают базы данных о ведущих спортсменах и готовятся к встречам с ними; не владеют методикой выбора и постановки приемов.

Из-за последней причины тренеры зачастую навязывают спортсмену многоократное повторение приемов, приемов, часто реализованных на конкретных соревнованиях, но которые могут совершенно не подходить к конкретному спортсмену. Это приводит к необоснованным потерям времени и не позволяет оптимизировать процесс многолетней подготовки спортсмена.

Таким образом, нарушаются принципы системного подхода к организации эффективного многолетнего процесса формирования спортсмена высокой квалификации, в числе которых принципы природной специфики и рациональности. Системный подход в этой сфере получен в школе самбо профессора И.Р. Шегельмана, подготовившего чемпионов России, Мира, Европы.

Список литературы

1. Бальчунене Н.И. Апробация внедрения всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в субъектах Российской Федерации [Текст] / Н.И. Бальчунене, В.М. Кирилина // Образование и наука в современных условиях: материалы IV междунар. науч.-практ. конф. (10.07.2015 г.). – Чебоксары: ЦНС «Интерактив плюс», 2015.
2. Бальчунене Н.И. Мастер-класс «Самбо в школы», «Элементы самбо в ГТО» [Текст] / Н.И. Бальчунене // Психология и педагогика XXI века: теория, практика и перспективы : материалы III Междунар. науч.-практ. конф. (17.07.2015 г.). – Чебоксары: ЦНС «Интерактив плюс», 2015.
3. Бальчунене Н.И. Физкультура для людей с ограниченными возможностями: финский опыт [Текст] / Н.И. Бальчунене, В.М. Кирилина // Психология и педагогика XXI века: теория, практика и перспективы : материалы III Междунар. науч.-практ. конф. (17.07.2015 г.). – Чебоксары: ЦНС «Интерактив плюс», 2015.
4. Бальчунене Н.И. Физкультура для людей с ограниченными возможностями: финский опыт [Текст] / Н.И. Бальчунене, В.М. Кирилина // Психология и **Психология и педагогика XXI века: теория, практика и перспективы**

педагогика XXI века: теория, практика и перспективы: материалы III Междунар. науч.-практ. конф. (17.07.2015 г.). – Чебоксары: ЦНС «Интерактив плюс», 2015.

5. Кирилина В.М., Бальчунене Н.И. Международный опыт комплексного тестирования уровня физической подготовленности учащихся разных возрастных групп и различных ступеней обучения: монография / В.М. Кирилина, Н.И. Бальчунене. – Петрозаводск: Изд-во ПетрГУ, 2014. – 76 с.

6. Шегельман И.Р. Концепция использования элементов национального вида единоборств «Самбо» в качестве дополнительных нормативов при сдаче норм ГТО [Текст] / И.Р. Шегельман // Образовательная среда сегодня: стратегии развития: материалы II Междунар. науч.-практ. конф. (05.06.2015 г.). – Чебоксары: ЦНС «Интерактив плюс», 2015.