



АНАЛИЗ МЕТОДОВ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СПОРТСМЕНОВ СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В СПОРТИВНОМ ОРИЕНТИРОВАНИИ

Балагуров В.А., Кудрявцев М.Д.

Введение. Спортивное ориентирование является сложным видом спорта при занятиях, которым требуется не только проявление высокого уровня физических качеств. Большое влияние на спортивный результат оказывает технико-тактическая подготовленность ориентировщика, в состав которой входят умения: читать карту, определять направление движения, измерять расстояние, контролировать перемещение по местности, правильно и быстро отмечаться на контрольных пунктах преодолеваемой дистанции [5].

А. А. Васильков дает следующие определения: «Уровень технической подготовленности - степень освоения спортсменом системы действий и движений, соответствующих особенностям конкретного вида спорта»; "Спортивная тактика - овладение приемами оценки соревновательной ситуации и адекватности подбора наиболее эффективных технических приемов, с учетом индивидуальных особенностей и квалификации спортсмена". Контроль за тактической подготовленностью проводится по: общему объему, разновидности, рациональности и эффективности применяемых тактических действий в условиях соревнования [3].

Если говорить непосредственно о спортивном ориентировании, то необходимо отметить, что огромный вклад в итоговый результат соревнований вносит именно технико-тактическая подготовленность. У ориентировщиков имеющих высокий уровень технико-тактической подготовленности оптимальная соревновательная скорость близка к их максимальной скорости бега по пересеченной местности, в то время как у



спортсменов более низкой квалификации оптимальная скорость значительно ниже максимальной.

По мнению Б.И. Огородникова, оптимальная скорость бега – это максимальная скорость, при которой спортсмен способен преодолевать дистанцию не допуская технико-тактических ошибок [4].

Исходя из вышесказанного следует, что для достижения максимального результата, спортсмену необходимо знать свою оптимальную скорость бега, которая в свою очередь напрямую зависит от уровня технико-тактической подготовленности, и учитывать ее при прохождении дистанции.

Методы и организация исследования. Целью теоретического исследования является: аналитическое исследование методов оценки уровня технико-тактической подготовленности спортсменов специализирующихся в спортивном ориентировании.

Задачи теоретического исследования:

1. Выявить наиболее эффективные методы оценки уровня технико-тактической подготовленности спортсменов.
2. Провести сравнительный анализ методов оценки уровня технико-тактической подготовленности спортсменов.

Методы теоретического исследования:

1. Изучение литературы.
2. Анализ полученной информации.

Результаты и их обсуждение.

В ходе обработки данных полученных из экспериментального материала нами были выявлены следующие методы и выполнен анализ методов оценки уровня технико-тактической подготовленности спортсменов, специализирующихся в спортивном ориентировании:

1. «Тест - лепестки» [1].



Суть данного теста заключается в следующем: на местности устанавливается дистанция, состоящая из нескольких кругов, спортсмену предлагается преодолеть один из кругов, и после отдыха в 60-90 секунд преодолеть тот же круг второй раз. Во время отдыха спортсмен должен проанализировать пройденную дистанцию, выявить допущенные им ошибки и при повторном прохождении дистанции исключить их, что позволяет спортсмену проявить свои скоростные способности и показать максимальный результат исходя из уровня его работоспособности.

Метод «Тест - лепестки» позволяет определить время затрачиваемое спортсменом на ориентирование и «Индивидуальный технический коэффициент» при помощи следующих формул:

$$t=t_1-t_2$$

где t -время, затраченное на ориентирование при прохождении дистанции, t_1 –время прохождения дистанции в первый раз, t_2 - время прохождения дистанции во второй раз;

$$\text{ИТК}=\left(\frac{t_1-t_2}{t_1}\right)*100\%$$

где ИТК - индивидуальный технический коэффициент (время, затраченное спортсменом на ориентирование в процентах), t_1 –время, прохождения дистанции в первый раз, t_2 - время прохождения дистанции во второй раз.

И

з приведенных формул видно, что чем меньше разница между показателями t_1 и t_2 , тем меньше времени спортсмен тратит на ориентирование и соответственно, выше его индивидуальный технический коэффициент.

2. Метод оценки уровня технико-тактической подготовленности спортсменов, при помощи современного электронного оборудования [2].

В основе этого метода лежат данные, которые мы можем получить при использовании во время тренировок и соревнований современного электронного оборудования, такого как системы электронной отметки и GPS устройства.



Существует несколько производителей систем электронной отметки (Sportident, SFR, Emit и др.), но все они позволяют получить необходимые нам данные: время движения между контрольными пунктами (КП), среднюю скорость движения между КП, расстояние между КП по прямой.

GPS устройства представляют собой: датчики минимального размера и веса, либо специализированные часы оснащенные приемником GPS. При помощи этих устройств мы можем получить следующие данные: время движения между КП, длину пути фактически преодоленного спортсменом между КП, линейную среднюю скорость движения, скорость движения в каждый конкретный момент времени.

При наличии данных полученных с GPS устройств мы можем определить для каждого участника коэффициент удлинения пути:

$$K(\text{уд}) = L(\text{факт}) / L(\text{пр});$$

где $K(\text{уд})$ – это коэффициент удлинения пути; $L(\text{факт})$ – длина пути измеренная GPS датчиком, а $L(\text{пр})$ – расстояние между КП по прямой.

Дальнейшая обработка полученных данных предполагает сравнение показателей спортсмена, с показателями лидера на каждом конкретном отрезке дистанции. При помощи системы электронной отметки составляется таблица длин отрезков, фактически преодоленных спортсменами между КП, а на ее основе выводится «Коэффициент линейной неэффективности»:

$$K(\text{лнэ}) = [(1 - L(\text{собств}) / L(\text{лид}))] * 100\%;$$

где $L(\text{собств})$ – расстояние преодоленное участником, $L(\text{лид})$ – расстояние преодоленное лидером на соответствующем отрезке между КП.

Так же определяется «Коэффициент проигрыша лидеру»:

$$K(\text{пр}) = (T(\text{уч}) / T(\text{лид}) - 1) * 100\%;$$

где $T(\text{уч})$ – время участника, а $T(\text{лид})$ – время лидера.



Сравнивая между собой «Коэффициент линейной неэффективности» и «Коэффициент проигрыша лидеру» можно оценить вклад технико-тактической подготовленности в результат:

$$K(\text{ттп}) = K(\text{пр}) / K(\text{лнэ});$$

Так же следует отметить, что используя данный метод, можно определить, что внесло больший вклад, а итоговый результат спортсмена: уровень физической или технико-тактической подготовленности. Если участник пробежал большее расстояние и при этом проиграл меньше времени, то на его результат большее влияние оказала физическая подготовленность, и наоборот, при меньшем пути, и малом проигрыше, большее влияние оказала технико-тактическая подготовленность.

Проанализировав данные методы оценки уровня технико-тактической подготовленности спортсменов, мы пришли к выводу, что каждый из них имеет свои достоинства и недостатки.

Так, при использовании метода «Тест - лепестки» можно получить объективную информацию об уровне подготовленности спортсменов, но есть ряд факторов, например, желание спортсмена искусственно завысить результаты теста, которые могут исказить полученные данные. Кроме того, использование этого метода невозможно в условиях соревнований и плановых тренировок, так как его проведение требует целенаправленной организации.

В свою очередь, метод оценки уровня технико-тактической подготовленности спортсменов при помощи современного электронного оборудования можно использовать при анализе любых соревнований или тренировок (в случае, если данное оборудование там применялось) [2]. Однако показатели, получаемые этим методом, не всегда будут являться объективными, в связи с тем, что в основе расчетов лежит сравнение времени спортсмена на каждом отрезке дистанции со временем лидера на каждом из этих отрезков, следовательно, большое влияние на итоговый результат оказывает уровень соревнований, квалификация участников, тип местности и т.д.



Заключение. Таким образом, установлено, что в современной практике спортивного ориентирования недостаточно развита система методов оценки уровня технико-тактической подготовленности спортсменов. Важное место технико-тактической подготовленности спортсменов занимает изучение стрессоустойчивости спортсменов – ориентировщиков, как неотъемлемый фактор повышения качества их профессиональной спортивной деятельности [6]. Использование электронного оборудования для оценки уровня технико-тактической подготовленности спортсменов, на наш взгляд является более перспективным методом. Для успешного применения этого метода требуется его дальнейшее усовершенствование и обоснование в общей методике проведения педагогических исследований в области физической культуры и спорта [7].

Список литературы.

1. Сарана А.Н. Исследование уровня технико-тактической подготовленности спортсменов, занимающихся спортивным ориентированием / А.Н. Сарана, М.И. Бордуков // Современные аспекты подготовки и профессиональной самореализации специалистов в области физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности. – 2015. – С. 44-53.
2. Бизюкин С.В. Оценка уровня технико-тактической подготовленности спортсменов, специализирующихся в кроссовом ориентировании, при помощи современного электронного оборудования / С.В. Бизюкин, О.Н. Московченко, В.А. Балагуров // Сборник: Актуальные вопросы и перспективы развития региональных систем подготовки спортивного резерва в условиях модернизации спортивной отрасли. – Красноярск: Изд-во КК ИПКРФКиС, 2017. – С. 6.
3. Васильков А.А. Теория и методика физического воспитания: учебник / А. А. Васильков. Ростов на Дону: Феникс, 2008. – 381 с.



4. Огородников Б. И. Подготовка спортсменов ориентировщиков / Б.И. Огородников, А.Н. Кирчо, Л.А. Крохин. – М.: Физкультура и спорт, – 1978. – 112 с.

5. Воронов И. С. Исследование соревновательной деятельности юных спортсменов ориентировщиков / И.С Воронов // Теория и практика физической культуры, 2000. – № 9. – С. 32.

6. Кудрявцев М. Д. Стрессоустойчивость как фактор повышения качества профессиональной деятельности / К.В. Гатилов, М.Д. Кудрявцев // Научный журнал «Дискурс», 2016 №2 (2). – С. 33 – 38.

7. Сидоров Л.К., Кудрявцев М.Д., Гайкович В.Ф., Сундуков А.С. Методика проведения педагогических исследований в области физической культуры и спорта / Л.К. Сидоров, М.Д. Кудрявцев, В.Ф. Гайкович, А.С. Сундуков // Научный журнал «Дискурс». – 2017. – 10 (12). – С. 79-85.

Сведения об авторах:

**Балагуров Вячеслав Александрович, магистрант 2 курса,
Красноярский государственный педагогический университет им. В.П.
Астафьева (КГПУ им. В.П. Астафьева), Институт физической
культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина, г. Красноярск, Россия;
педагог дополнительного образования, Красноярский краевой центр
туризма и краеведения
11balagurov@gmail.com**

**Кудрявцев Михаил Дмитриевич, доктор педагогических наук, доцент,
профессор кафедры физической подготовки,
Сибирский юридический институт Министерства внутренних дел
России;
профессор кафедры физического воспитания, Сибирский
государственный университет науки и технологий
имени академика М.Ф. Решетнёва,
заведующий кафедрой валеологии, профессор, Сибирский федеральный
университет;
профессор кафедры теоретических основ физического воспитания,
Красноярский государственный педагогический университет
им. В.П. Астафьева
kumid@yandex.ru**