

ОСОБЛИВОСТІ ТАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ У ЄДИНОБОРСТВАХ

Ігор КУКУРУДЗЯК

*Львівський державний університет фізичної культури
імені Івана Боберського, м. Львів, Україна*

Вступ. Для розвитку сучасного спорту в Україні, окрім розв'язання організаційно-фінансових проблем, потрібно удосконалити системи підготовки. Аналізуючи ситуацію, що склалася в системі підготовки спортсменів у комплексних єдиноборствах на сьогодні, можна зазначити таке: відбувається істотне збільшення кількості спортивних секцій, військово-патріотичних і спортивних клубів, які культивують різні види комплексних єдиноборств; комплексні єдиноборства набули неабиякої популярності, але багато аспектів і проблеми керування тренувальним процесом вивчено недостатньо, особливо це можна віднести до процесу підготовки дітей і юнаків; через недостатню кількість навчально-методичних посібників, довідкової літератури, навчальних фільмів про правильну організацію і планування навчально-тренувального процесу тренери розробляють програми підготовки та тематичні плани, ґрунтуючись тільки на особистому досвіді, накопиченому часто в інших видах єдиноборств; у комплексних єдиноборствах дотепер немає єдиної усталеної термінології, наявні протиріччя в назвах технічних дій і прийомів. Отже, належний стан техніко-методичного і організаційного рівня тактичної підготовки спортсменів в єдиноборствах є важливою і актуальною науково-практичною проблематикою у сучасних умовах розвитку спорту в Україні.

Мета / завдання. Мета дослідження узагальнення наукового досвіду тактичної підготовки спортсменів в єдиноборствах, завданням є пошук напрямів удосконалення цієї системи.

Методами дослідження виступають аналіз науково-методичної літератури та метод експертного оцінювання.

Цю наукову проблематику досліджують як українські, так і закордонні науковці, що відображено у роботах таких вчених, як Н. В. Бойченко [1], Н. В. Нікіфоров [2], І. М. Пашков, В. І. Пашкова [3], С. В. Попов, З. В. Колосов, В. В. Серебряк [4] та інших. Дослідження протягом останніх років [1, с. 20] у напрямі вдосконалення техніко-тактичної майстерності єдиноборців дали змогу виявити, що на сьогодні недостатньо розкрито питання, спрямовані на розроблення спеціальних комплексів завдань, програм та технічних пристроїв для підготовки спортсменів з урахуванням специфіки виду єдиноборств.

Результати. Отже, змістом техніки комплексних єдиноборств є синтез із прийомів і технічних дій різних спортивних єдиноборств (боксу, видів спортивної боротьби, карате, національних єдиноборств). Окремим компонентом техніки комплексних єдиноборств є комбінації ударних і кидкових прийомів, ударні дії в захопленні, а також у деяких видах – удари і захисні дії в партері, що має тісний взаємозв'язок з тактичною підготовкою спортсменів. Тактика ударних видів єдиноборств і видів спортивної боротьби, які є складовими частинами комплексних єдиноборств, істотно різняться. Тому розділ тактичної підготовки в комплексних єдиноборствах вимагає детального вивчення і подальшого розроблення, його слід формувати з урахуванням особливостей правил змагань і на основі загальнотеоретичних знань про спортивну тактику, враховуючи, приміром, те, що у спортивній боротьбі є один метод удосконалення – метод зміни умов конкретної динамічної ситуації [2, с. 197]. Ці зміни можуть відбуватися безпосередньо в ході сутичок або опосередковано до сутички. Метод зміни умов конкретної динамічної ситуації у поєднанні з різними засобами дає змогу виконувати всі завдання під час удосконалення техніко-тактичних дій у єдиноборствах. Удосконаленню тактичної підго-

товки належить приділяти увагу від етапу попередньої базової підготовки, оскільки саме ця підготовка в подальшому дає потужний розвиток всебічному розвитку спортсмена на всіх етапах багаторічної підготовки.

Обговорення і висновки. Отже, техніка єдиноборств має тісний взаємозв'язок із тактикою, а вибір тактики залежить від застосовуваної спортсменом техніки. Техніка є основним засобом тактики, необхідною умовою для виконання тактичних завдань. Під час формування техніки увагу потрібно приділяти вдосконаленню різних способів тактичної підготовки, тобто слід говорити про техніко-тактичну підготовку. Техніко-тактична підготовка спортсменів є провідною в структурі майстерності у єдиноборствах – це зумовлює необхідність постійного вдосконалення методики підготовки і дає істотний стимул до пошуку нетрадиційних шляхів цього вдосконалення.

Ключові слова: технічна підготовленість, єдиноборства, тактична підготовленість.

Список використаних джерел

1. Бойченко Н. В. Шляхи вдосконалення технічної підготовленості спортсменів-єдиноборців / Бойченко Н. В. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наук. моногр. / за ред. С. С. Єрмакова. – Харків, 2008. – № 2. С. 19–21.
2. Никифоров Н. В. Скоростно-силова підготовка в боротьбі / Никифоров Н. В., Уйгуров В. В. // Современные гуманитарные исследования. – 2007. – № 6. – С. 196–198.
3. Пашков І. М. Особливості техніко-тактичної підготовки в єдиноборствах / Пашков І. М., Пашкова В. І. // Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор та єдиноборств у закладах вищої освіти : зб. ст. – Харків, 2020. – С. 29–32.
4. Серебряк В. В. Удосконалення техніко-тактичної підготовки спортсменів рукопашного бою / Серебряк В. В., Попов С. В., Колосов З. В. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2010. – № 6. – С. 105–108.