

**УДОСКОНАЛЕННЯ ПРОГРАМНО-МЕТОДИЧНОГО
ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ З ВІЛЬНОЇ БОРОТЬБИ****Віктор ШАНДРИГОСЬ¹, Ростислав ПЕРВАЧУК²,
Володимир ЯРЕМЕНКО³, Микола ЛАТИШЕВ⁴**

¹ Тернопільський національний педагогічний університет імені В. Гнатюка,
м. Тернопіль, Україна,

² Львівський державний університет фізичної культури, м. Львів, Україна,

³ Університет державної фіскальної служби України, м. Ірпінь, Україна,

⁴ Донецький національний університет імені Василя Стуса, м. Вінниця, Україна,
e-mail: r.pervachuk@gmail.com

Вступ. Еволюційні перетворення і сучасні тенденції розвитку вільної боротьби багато в чому змінили структуру змагальної діяльності спортсменів. Це, своєю чергою, відобразилося на всіх характеристиках навчально-тренувального процесу борців різного віку, статі, спортивної кваліфікації і потребує значної його модернізації [2, 3, 4, 5, 7].

Мета дослідження – проаналізувати чинну навчальну програму для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ і спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю з вільної боротьби та визначити шляхи її удосконалення.

Методи дослідження: аналіз літературних джерел, аналіз нормативних документів, аналіз звітних документів.

Результати дослідження. Чинна навчальна програма з вільної боротьби була розроблена на 2012 року [1]. У навчальній програмі представлені завдання для груп всіх етапів багаторічної підготовки, зміст навчального матеріалу з основних компонентів фізичної, технічної, тактичної, психологічної, теоретичної підготовки, а також з інструкторської та суддівської практики.

Шляхи удосконалення чинної Програми:

- 1) приведення нормативної частини у відповідність до чинних державних документів і нормативних актів;
- 2) розробка робочих навчальних планів на кожен рік спортивної підготовки;
- 3) удосконалення змісту, послідовності й методики техніко-тактичної підготовки за роками навчання (класифікації, термінології ТТД);
- 4) конкретні рекомендації щодо змісту техніко-тактичного матеріалу за принципом «від простого до складного»;
- 5) розробка системи комплексного педагогічного контролю з застосуванням найбільш інформативних тестів і способів оцінювання результатів тестування;
- 6) організація системи стимулів до підвищення масовості і зберігання контингенту учнів.

Висновки. Основним документом, що регламентує навчально-тренувальний процес з вільної боротьби, є навчальна програма. Проведений аналіз чинної програми виявив, що навчальна програма потребує вдосконалення з урахуванням сучасних тенденцій її розвитку виду спорту. Установлено шляхи удосконалення програми для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю з вільної боротьби.

Ключові слова: вільна боротьба, дитячо-юнацькі спортивні школи, навчальна програма, навчально-тренувальний процес, етапи підготовки.

Список літератури

1. Вільна боротьба: чоловіки, жінки : навч. прогр. для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю / С. В. Латишев, В. І. Шандригось. – Київ : АСБУ, 2012. – 95 с.
2. Воробьев В. А. Основные научно-методические направления модернизации многолетней подготовки юных борцов / В. А. Воробьев // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2009. – № 10 (56). – С. 18–21.
3. Латышев Н. Анализ выступлений и прогноз на предстоящие соревнования сборной команды Украины по вольной борьбе / Н. Латышев, В. Шандригось, О. Мозолюк // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання і спорту. – Львів, 2016. – Вип. 20, т. 1, 2, кн. 1. – С. 102–107.
4. Латышев С. В. Система индивидуализации подготовки в вольной борьбе : монография / С. В. Латышев. – Донецк : ДонНУЭТ, 2013. – 375 с.
5. Панков В. А. К вопросу организации тренировочного процесса на этапах начальной подготовки в спортивной борьбе / В. А. Панков, И. Н. Гунько // Вестник спортивной науки. – 2008. – № 4. – С. 36–39.
6. Первачук Р. В. Удосконалення фізичної підготовки кваліфікованих борців вільного стилю з використанням спрямованого впливу на системи енергозабезпечення : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту : 24.00.01 / Первачук Р. В. ; Львів. держ. ун-т фіз. культури. – Львів, 2016. – 19 с.
7. Яременко В. В. Формування техніки атаквальних рухових дій борців вільного стилю на етапі попередньої базової підготовки: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту : 24.00.01 / Яременко В. В. ; Дніпроп. держ. ін-т фіз. культури і спорту. – Дніпропетровськ, 2014. – 19 с.