

СТРУКТУРА ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В СПОРТИВНОМ ОРИЕНТИРОВАНИИ

Ю.А. Козлова, С.М. Медведев

Учреждение образования «Витебский государственный
университет имени П.М. Машерова»,
г. Витебск, Республика Беларусь
e-mail: ullekso1o@mail.ru

Актуальность. Для эффективной учебно-тренировочной и соревновательной деятельности в спортивном ориентировании важное место занимает техническая подготовка, под которой понимают совокупность навыков работы с картой и компасом, приёмов выбора путей движения между контрольными пунктами, техника бега по различной местности и т.д.

При организации учебно-тренировочного процесса целесообразно придерживаться поэтапной подготовки спортсменов. На начальном этапе занятий большая роль должна отводиться получению специальных знаний. Её эффективность существенно зависит от используемых при этом методов формирования знаний [6, 7].

Цель исследования – является анализ структуры технической подготовки в спортивном ориентировании различных авторов и её совершенствование.

Материал и методы. На первоначальном этапе осуществлялось изучение научно-методической литературы, разрабатывалась структура технической подготовки для групп начальной подготовки ДЮСШ. Методы исследования: обобщение и анализ научно-методической литературы.

Результаты и их обсуждение. Как показало изучение работы А.С. Лосева (1990), то здесь структура технической подготовки представлена в виде лестницы умений, которая подразделяется на 6 уровней. На первом уровне изучаются цвета карты; основные условные знаки; ориентирование карты по местности; ориентирование вдоль отдельной тропинки; ориентирование с тропинки на тропинку. На втором уровне осваиваются чтение объектов с тропинок, взятие КП, расположенных в пределах видимости от линейных ориентиров; ориентирование на коротких этапах с тормозными ориентирами. На третьем уровне изучаются грубое ориентирование на длинных этапах с тормозными ориентирами; точное ориентирование на коротких этапах. На четвёртом уровне осваиваются понимание горизонталей; ориентирование с использованием крупных форм рельефа; детальное чтение рельефа. На пятом уровне изучаются использование правильных технических приёмов в соответствии с условиями; чтение рельефа на соревновательной скорости; путь через контрольно-точечные ориентиры. На шестом уровне осваиваются: сложные контрольные пункты; измерение расстояний пар шагами; длинные этапы и длинные расстояния от привязок до КП.

У Л.П. Пронтишевой (1990), техническая подготовка распределена в зависимости от возраста и разделена на четыре этапа: 1) техническая подготовка для учащихся 8–9 лет; 2) техническая подготовка для учащихся 9–10 лет; 3) техническая подготовка для учащихся 10–11 лет; 4) техническая подготовка для учащихся 11–12 лет [8].

Сравнивая структуру технической подготовки А.С. Лосева (1990) и Л.П. Пронтишевой (1990), можно заметить, что у А.С. Лосева (1990) имеется акцент на изучении цветов карт, а у Л.П. Пронтишевой (1990) его нет. Хотя без их освоения никак не обойтись. Также у А.С. Лосева (1990) изучается ориентирование вдоль отдельной тропинки, ориентирование с тропинки на тропинку, а у Л.П. Пронтишевой (1990) изучение данных элементов техники ориентирования отсутствует.

В работе Л.П. Пронтишевой (1990) осваивается самостоятельная перерисовка схемы «нитки», рисовка пути движения по дорогам, тропам, отрабатывается приход, уход, отметка на КП, а в работе А.С. Лосева (1990) данные элементы не изучаются. Следует отметить тот факт, что в работе Л.П. Пронтишевой (1990) материал по технической подготовке распределён в зависимости от возраста учащегося, а вот у А.С. Лосева (1990) нет данных о возрасте изучения данных ступеней обучения, которые он выделяет в структуре технической подготовки.

С.Б. Болотов, Е.А. Прохорова (2002) структуру технической подготовки представили в виде лестницы умений, также, как и в работе у А.С. Лосева (1990), но здесь обучение представлена в виде пошагового изучения, т. е. изучение проходит шаг за шагом, в виде 7 ступеней. У С.Б. Болотова, Е.А. Прохоровой (2002) структура технической подготовки по своему содержанию схожа со структурой А.С. Лосева (1990), только у С.Б. Болотова, Е.А. Прохоровой (2002) каждая ступень имеет название, а у А.С. Лосева (1990) это отсутствует. Также можно заметить, что у А.С. Лосева (1990) лестница умений подразделяется на «уровни», а у С.Б. Болотова, Е.А. Прохоровой (2002) на «ступени» [1].

В Швеции разработана педагогическая модель обучения ориентированию «Метод лестницы навыков». Она основана на следующих положениях – до 8–9 лет наиболее важно бегать, прыгать, лазать и всё это в лесу; с 8-9 лет дети могут начинать понимать карту. К 10–12 годам дети чувствительны к базовой технике ориентирования и могут достигать ступень 3 (уровень 3) «лестницы» – выбор пути, использование компаса, точное ориентирование на коротких отрезках; во время пубертата идёт изучение техники, и уже с 13 лет дети могут достигать уровни 5 и 6 «лестницы» (уровень национальных соревнований).

В работе Ф.С. Уховского описана последовательность обучения спортсменов в виде «лестницы обучения» по Г. Хазельстранду, где техническая подготовка подразделяется на 4 уровня на весь период обучения. Здесь важно отметить, что недостатком данной «лестницы обучения» является то, что каждый уровень не определён по возрасту учащегося либо по группе обучения [9].

О. Глаголева (1998) методику начального обучения техники ориентирования условно разделяет на несколько ступеней – это понимание карты, условные знаки; масштаб; ориентирование карты, компас; ориентирование вдоль линейных ориентиров; чтение ориентиров по сторонам от линейного ориентира (в пределах видимости) и взятие контрольных пунктов вблизи от них [2].

В работе А.Н. Мурашко (1998) структура технической подготовки в спортивном ориентировании представлена в виде «Лестницы умений и навыков», состоящую из 6 ступеней. Так, на первом уровне изучаются цвета карты, основные условные знаки, ориентирование вдоль отдельной тропинки, ориентирование с тропинки на тропинку. На втором – чтение объектов с тропинок, взятие КП, расположенных в пределах видимости от линейных ориентиров; кратчайшие пути, срезки; ориентирование на коротких этапах с тормозящими ориентирами. На третьем – выбор простого пути; грубое ориентирование на длинных этапах с тормозящими ориентирами; точное ориентирование на коротких дистанциях. На четвёртом уровне – понимание горизонталей; ориентирование с использованием крупных форм рельефа; детальное чтение рельефа. На пятом уровне – использование правильных технических приёмов в соответствии с условиями; чтение рельефа на соревновательной скорости; путь через контрольно-точечные ориентиры. На шестом – длинные этапы и расстояния от привязок до контрольных пунктов; измерение расстояний парами шагов.

На наш взгляд к недостаткам данной структуры можно отнести, что не в полной мере раскрыто содержание на каждом уровне, нет тем, которые дают знания о компасе, об определении азимута, направления движения, о легендах КП.

Заключение. Изучив перечисленные источники, мы разработали собственную структуру технической подготовки для учащихся групп НП-1 и НП-2 отделения спортивного ориентирования ДЮСШ, с описанием содержания и названиями каждого «шага» обучения конкретно для каждой группы и выделили грубые и типичные ошибки по техническим навыкам. Предложили методы их исправления, коррекции [3–5].

Использованная литература

1. Болотов, С. Б. Спортивное ориентирование: для объединений доп. образования детей / С. Б. Болотов, Е. А. Прохорова. – М.: ЦДЮТ и К МО РФ, 2002. – Вып. 3. – 56 с.
2. Глаголева, О. Урок второй «Азимут» / О. Глаголева // MIDINFO. – 1998. – С. 5–7.
3. Козлова, Ю. А. Программированное обучение в технической подготовке учащихся группы НП-1 отделения спортивного ориентирования ДЮСШ (зимний цикл): метод. рекомендации / Ю. А. Козлова. – Витебск: ВГУ имени П. М. Машерова, 2015. – 50 с.
4. Козлова, Ю. А. Программированное обучение в технической подготовке учащихся группы НП-1 отделения спортивного ориентирования ДЮСШ (летний цикл): метод. рекомендации / Ю. А. Козлова. – Витебск: ВГУ имени П. М. Машерова, 2015. – 50 с.
5. Козлова, Ю. А. Программирование технической подготовки учащихся группы НП-2 отделения спортивного ориентирования ДЮСШ: метод. рекомендации / Ю. А. Козлова. – Витебск: ВГУ имени П. М. Машерова, 2014. – 50 с.
6. Козлова, Ю. А. Техническая подготовка учащихся отделения спортивного ориентирования ДЮСШ на основе программированного обучения / Ю. А. Козлова // Мир спорта. - 2015. - № 3. - С. 49-54.
7. Константинов, Ю. С. Уроки ориентирования: учеб. – метод. пособие / Ю. С. Константинов, О. Л. Глаголева. – М.: ФЦДЮТиК, 328 с.
8. Пронтишева, Л. П. Истоки мастерства / Л. П. Пронтишева. – Украина: Винницкая федерация спортивного ориентирования, 1990. – 78 с.
9. Уховский, Ф. С. Уроки ориентирования: метод. рекомендации в помощь руководителям кружков и секций спортивного ориентирования / Ф. С. Уховский. 2-е изд. – М.: ЦДЮТ МО РФ, 1996. – 32 с.

АДАПТИВНО-ПРОДУКТИВНЫЙ ПОДХОД В СИСТЕМНОМ РЕШЕНИИ ЗАДАЧ ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ В СПОРТИВНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ УЧИЛИЩА ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА

О.В. Языкова, О.С. Горюшкина, О.А. Козырева

Новокузнецкое училище (техникум) олимпийского резерва,
г. Новокузнецк, Российская Федерация
e-mail: yaov.nuor@yandex.ru, gos.nuor@yandex.ru, kozireva-oa@yandex.ru

Актуальность. Специфика постановки и решения задач системного уточнения и оптимизации качества развития личности в спортивно-образовательной среде училища олимпийского резерва определяется важным явлением и процессом, особенности которого могут быть регламентированы в контексте адаптивно-продуктивного познания и развития личности в выделенных направлениях деятельности и общения (направление «спорт», «образование», «наука»).

Точность и состоятельность решений повышения качества развития личности в спортивно-образовательной среде училища олимпийского резерва в контексте самореализации личности через спорт, образование, науку может быть осуществлено через адаптивно-продуктивное проектирование и решение задач развития личности в деятельности и общении.

Проблемы развития личности в спортивно-образовательной среде училища олимпийского резерва определяются в следующих составляющих научного поиска, детерминация которых осуществляется между:

– системностью решений противоречий и проблем педагогической поддержки личности и фасилитации персонифицированного развития в выбранных направлениях самореализации и сотрудничества;