

УДК 796.853.26

Концепция модульной структуры многолетней подготовки в киокусинкай

Белый Константин Владимирович, кандидат педагогических наук

Институт научных исследований, цифровых, инновационных и аналитических технологий Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Аннотация. Существующая система многолетней подготовки в киокусинкай состоит из большого числа слабо структурированных элементов (разделов и подразделов). Целью работы являлась разработка концепции структуры, отражающей современные принципы системы многолетней подготовки в киокусинкай, и, по возможности, придание ей обобщенного характера. В работе были последовательно определены конкретные принципы разработки; сформирована детализированная совокупность разделов и подразделов структуры; выделены четыре функциональные группы в структуре системы; систематизированы взаимосвязи между элементами структуры; выделены функциональные модули в системе многолетней подготовки; создана концепция модульной структуры многолетней подготовки, которая является комплексной, детализированной и непротиворечивой, охватывающей все разделы и виды, содержащей все основные элементы и связи системы многолетней подготовки в киокусинкай, объединенные в функциональные модули. Предлагаемая концепция имеет широкие возможности практической реализации и позволяет без внесения существенных корректировок наполнить ее подробным методическим и нормативным содержанием, формализовать в виде комплексной методики многолетней подготовки в киокусинкай.

Ключевые слова: киокусинкай, многолетняя подготовка, структура подготовки, функциональные модули, теория и методика спорта.

Concept of modular structure of long-term training in kyokushinkai

Bely Konstantin Vladimirovich, candidate of pedagogical sciences

Institute of Scientific Research, Digital, Innovative and Analytical Technologies, Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg

Abstract. The existing system of long-term training in kyokushinkai consists of a large number of loosely structured elements (sections and subsections). The goal of the work was to develop a concept of a structure that contents the modern principles of a long-term training system of kyokushinkai, and, if possible, giving it a generalized character. The work consisted of: Specific development principles are defined; A detailed set of sections and subsections of the structure has been formed; Four functional groups are identified in the system structure; The relationships between the elements of the structure are systematized; Functional modules in the long-term training system are identified, having the most complete character, creating each separate closed substructure with its own internal connections, functions and implementation results; A concept has been created for a modular structure of long-term training, which is comprehensive, detailed and consistent, covering all sections and types, containing all the main elements and connections of the long-term training system in kyokushinkai, combined into functional modules. The proposed concept of a modular structure has wide possibilities for practical implementation, and allows, without making significant adjustments, to fill it with detailed methodological and normative content, and formalize it in the form of a comprehensive methodology of long-term training in kyokushinkai.

Keywords: kyokushinkai, long-term training, structure of training, functional modules, theory and methodology of sports.

ВВЕДЕНИЕ. Общепринятая структура системы многолетней подготовки содержит следующие основные разделы: цели и задачи; основные методические принципы; разделы и виды подготовки; средства, методики и формы тренировки; периодизацию тренировочного процесса и планирование подготовки, медико-

восстановительные средства [1–8]. Приведенная в таком виде совокупность разделов системы подготовки не содержит анализа связей и иерархии между элементами структуры и, кроме того, не содержит ряд важных разделов (подразделов) подготовки. Данный слабо систематизированный список элементов (разделов и подразделов) системы подготовки требует анализа и структурирования. В различных работах указанные элементы (в большем или меньшем объеме), как правило, располагаются в виде вертикальной иерархически последовательной структуры [5, с. 9]. Также в литературе часто приводится подробная структура отдельных составляющих многолетней подготовки, но не всей системы целиком [1, 3, 7–9].

Целью работы являлась разработка концепции структуры, отражающей особенности современной системы многолетней спортивной подготовки с учетом специфики вида спорта киокусинкай, и, по возможности, придание ей обобщенного характера.

МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ. В различных видах спорта проблема структурирования подготовки решается, как правило, чисто методическими средствами (для киокусинкай показано в работе автора [10]). Однако в основе структурирования должны лежать принципы современной спортивной науки, подразумевающие: *всесторонность* (учет всех составляющих системы подготовки); *системность* (взаимосвязь всех составляющих подготовки); *практичность* и *реализуемость* (возможность достижения поставленных целей и решение поставленных задач); *технологичность* (целенаправленность, алгоритмизированность, инновационность); *последовательность* (этапность подготовки с учетом возрастных закономерностей развития); *эволюционность* (процесс подготовки должен приводить к качественным изменениям).

Основываясь на указанных принципах, работа проводилась в несколько этапов:

1. Анализ, систематизация и дополнение традиционных разделов многолетней подготовки с учетом специфики киокусинкай и его методического содержания [10].
2. Анализ и собственная систематизация связей элементов системы.
3. Выделение функциональных групп элементов системы.
4. Формирование с учетом специфики киокусинкай функциональных модулей системы подготовки.
5. Формализация разработанной концепции в виде структурной модульной схемы.
6. Критическое соотнесение концепции с имеющимися программами многолетней подготовки в киокусинкай.

ГРУППЫ ЭЛЕМЕНТОВ СТРУКТУРЫ СИСТЕМЫ ПОДГОТОВКИ. Указанные выше традиционные разделы системы многолетней подготовки были проанализированы с учетом специфики и методического содержания киокусинкай, детализированы и дополнены. В частности, были введены:

- разделы планируемых результатов, этапов подготовки (с подразделами);
- подразделы в разделы принципов подготовки, методик тренировок, периодизации, планирования;

– разделы, необходимые для практической реализации системы (с подразделами) – нормативные требования, контрольные мероприятия, требования обеспечения безопасности в процессе подготовки.

В результате был сформирован большой слабо систематизированный список элементов (разделов и подразделов) структуры системы подготовки. Для решения поставленной задачи была предложена концепция структурирования системы путем объединения разделов подготовки в группы на основе сходного функционального признака и установления связей между этими группами. Были выделены следующие группы системы подготовки:

- *целевая (для чего делать?)*: цели, задачи и планируемые результаты, разделы и виды подготовки;
- *методическая (что и как делать?)*: методы, способы, приемы, средства обучения, воспитания и развития для всех видов и разделов подготовки, периодизация подготовки;
- *нормативная (сколько делать?)*: этапность, годичный цикл, требования к подготовленности, объемы деятельности, нагрузки и пр.;
- *контрольная (механизм обратной связи)*: методы, способы, приемы, средства контроля процесса обучения и подготовленности спортсмена, его физического состояния, результативности, система безопасности и пр.

При таком подходе целевая группа имеет воздействие на все остальные группы системы, а контрольная группа обеспечивает обратную связь в системе подготовки и является связующим звеном между методической, непосредственно обеспечивающей подготовку спортсмена, и нормативной, устанавливающей целевые показатели подготовки (рисунок 1).



Рисунок 1 – Функциональные группы разделов системы многолетней подготовки

Такой подход позволил в целом упорядочить структуру системы подготовки и проявил функциональные связи, влияющие на достижение результата. Однако сформированные так группы имеют чересчур обобщенный вид и не могут обеспечить достижения конкретных результатов. Основанная на них система не позволяет выполнить детализированное методическое описание для последующей практической реализации. Для этого требуется более детальная структуризация, для которой необходим анализ связей элементов системы.

СВЯЗИ ЭЛЕМЕНТОВ СИСТЕМЫ. Бóльшая детализация структуры создает комплекс взаимосвязей различного характера между ее элементами, требующих их собственной систематизации, для чего были опробованы различные критерии:

- По подчиненности: *непосредственные и косвенные.*

Под непосредственными понимались связи, устанавливающие между объектами иерархию, т.е. создающие ситуацию, когда функционирование одного объекта является следствием или зависит от результатов функционирования другого (*пример: методическое обеспечение подготовки является следствием реализации методических принципов*). Под косвенными понимались связи, оказывающие влияние на функционирование объектов, но без жесткой зависимости (*пример: связи между методами и средствами подготовки*).

- По взаимному влиянию: *однонаправленные и взаимные.*

Под однонаправленными понимались связи, когда воздействие строго направлено от одного объекта другому (*пример: методы контроля тренировочного процесса применяются при реализации методов подготовки, но не наоборот*). Под взаимными понимались связи, когда воздействие является обоюдным (*пример: взаимное влияние периодизации и планирования спортивной подготовки*). Взаимные связи могут обеспечивать последовательное или одновременное взаимодействие.

- По целевому воздействию: *специфические и неспецифические.*

Под специфическими понимались связи, когда воздействие имеет целью конкретный объект (*пример: нормативы оценки подготовленности применяются строго в рамках этапов спортивной подготовки*). Под неспецифическими понимались связи, когда воздействие имеет целью множество объектов (*пример: разделы и виды подготовки имеют отношение ко многим структурным элементам системы подготовки*).

При анализе характера связей системы подготовки в киокусинкай были выявлены многочисленные разнохарактерные связи между элементами различных разделов и их взаимовлияние, не позволяющие оформить систему в виде привычной вертикально-иерархичной структуры. В результате был сделан вывод, что система многолетней подготовки в киокусинкай не может быть основана на линейных вертикальных связях между составляющими системы, а требует иных подходов.

КОНЦЕПЦИЯ МОДУЛЬНОЙ СТРУКТУРЫ МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ

В результате дальнейшей работы было принято концептуальное решение: сохраняя общее объединение в функциональные группы, из элементов различных разделов системы с учетом специфики киокусинкай были сформированы функци-

ональные модули. Они формировались таким образом, чтобы каждый образованный модуль имел максимально завершённый характер, создавая отдельную замкнутую подструктуру, имеющую свои внутренние связи, функции и результаты реализации. В отличие от разделов системы многолетней подготовки, объединяющих подразделы по формальному признаку, модули в такой системе объединяют их по функциональному признаку.

Важной особенностью является то, что в отдельные модули включались подразделы различных традиционных формальных составляющих системы подготовки (в основном, связанных между собой косвенными и неспецифическими связями), что обеспечивает большую детализацию содержания. Специфика киокусинкай в основном проявляется в содержании и внутренних связях самих модулей, в то время как структура всей системы носит максимально общий характер.

Дополнительно формирование модулей позволило выделить принципиально новый элемент структуры многолетней подготовки, ранее в литературе не описанный, получивший название «структурный модуль», и обеспечивающий связь между всеми функциональными группами и большинством модулей. Структура сформированных модулей приведена в таблице 1.

Таблица 1 – Функциональные модули системы многолетней подготовки

Функциональная группа	Функциональный модуль	Содержание (подразделы)
Целевая	Целевой	– Цели – Задачи – Подзадачи – Планируемые результаты
Вне групп	Структурный	– Разделы подготовки – Виды подготовки
Методическая	Методических принципов	– Общие принципы спортивной подготовки – Принципы многолетней подготовки – Принципы организации обучения
	Методического обеспечения	– Формы подготовки – Средства подготовки – Методы подготовки – Технологии подготовки – Система изучения технических действий
Нормативная	Этапно-нормативный	– Этапы подготовки – Доли видов подготовки по этапам – Объемы тренировочной и соревновательной деятельности – Нормативы оценки подготовленности
	Периодизации и планирования	– Система периодизации спортивной подготовки – Планирование подготовки
Контрольная	Контрольный	– Система и методы контроля тренировочного процесса – Система контроля хода подготовки – Методы контроля соревновательной деятельности – Система медико-биологического контроля
	Обеспечения безопасности	– Обеспечение безопасности в процессе подготовки – Профилактика травматизма – Антидопинговые требования

Сформированные таким образом модули и связи между ними были формализованы в виде структурной модульной схемы, реализующей концепцию модульной структуры многолетней подготовки в киокусинкай (рисунок 2). Разработанная концепция является комплексной, детализированной и непротиворечивой структурой, охватывающей все разделы и виды, и содержащей все основные элементы системы многолетней подготовки в киокусинкай и связи между ними.



Рисунок 2 – Концептуальная схема модульной структуры многолетней подготовки

Большую роль в модульной концепции играет анализ связей между модулями, группами, элементами (направление, тип, влияние). Модули связаны в основном непосредственными и специфическими связями. Они передают воздействия между модулями, не влияя на механизмы функционирования внутренних связей модулей. Внешние связи обеспечивают передачу из модуля конкретного результата его функционирования как входящего параметра или внешнего условия, что является отправной точкой функционирования другого модуля. Между некоторыми модулями присутствуют взаимные связи (как последовательного, так и одновременного воздействия). Косвенные связи системы не являются принципиальными для работы системы. Они, как и степень влияния той или иной связи, в основном, отражают специфику киокусинкай. Основная же специфика при этом содержится непосредственно в структуре и содержании каждого модуля.

Концепция была критически соотнесена как с ранее действовавшими, так и с актуальными программами многолетней подготовки в киокусинкай, в т. ч. ос-

нованными на Федеральном стандарте спортивной подготовки [11], и их отдельными элементами, что показало ее соответствие существующим в киокусинкай подходам к многолетней подготовке.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. В результате проведенной работы для системы многолетней подготовки в киокусинкай:

1. Определены принципы разработки концепции структуры.
2. Сформирована детализированная совокупность разделов и подразделов.
3. Выделены четыре функциональные группы в структуре системы (целевая, методическая, нормативная и контрольная), установлены связи между группами.
4. Систематизированы взаимосвязи между элементами структуры.
5. В структуре выделены функциональные модули, имеющие максимально завершённый характер, создающие каждый отдельную замкнутую подструктуру со своими внутренними связями, функциями и результатами реализации.
6. Создана концепция модульной структуры, которая является комплексной, детализированной и непротиворечивой, охватывающей все разделы и виды, содержащей все основные элементы и связи системы, объединённые в функциональные модули.
7. Концепция критически соотнесена с имеющимися программами многолетней подготовки в киокусинкай.

ВЫВОДЫ. По результатам проведенной работы можно сделать вывод, что предлагаемая концепция модульной структуры имеет широкие возможности практической реализации и позволяет без внесения существенных корректировок наполнить ее подробным методическим и нормативным содержанием, и формализовать ее в виде комплексной методики многолетней подготовки в киокусинкай. Также перспективным кажется адаптация концепции к другим видам спорта, что требует анализа связей и содержания модулей с учетом специфики видов спорта.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

- 1.Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса. Москва : Спорт, 2019. 184 с.
- 2.Иссурин В. Б. Подготовка спортсменов XXI века : научные основы и построение тренировки. Москва : Спорт, 2016. 464 с. : ил.
- 3.Матвеев Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты. Москва : Спорт, 2019. 342 с. : ил.
- 4.Озолин Н. Г. Настольная книга тренера. Наука побеждать. Москва : АСТ, 2011. 864 с.
- 5.Озолин Н. Г. Современная система спортивной тренировки. Москва : Физкультура и спорт, 1970. 478 с.
- 6.Павлов С. Е., Павлов А. С., Павлова Т. Н. Современные технологии подготовки спортсменов высокой квалификации. 2 изд., дораб. и доп. Москва : Издательство «ОнтоПринт», 2020. 300 с.
- 7.Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения. Москва : Советский спорт, 2005. 820 с. : ил.
- 8.Современная система спортивной подготовки / под ред. Ф. П. Суслова, В. Л. Сыча, Б. Н. Шустина. Москва : СААМ, 1995. 400 с.
- 9.Бомпа Т., Буццичелли К. Периодизация спортивной тренировки. Москва : Спорт, 2016. 384 с. : ил.
- 10.Белый К. В. Система многолетней подготовки в киокусинкай. Спорт и традиции : монография. Москва : Спорт, 2023. 226 с. : ил.
- 11.Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта киокусинкай : утвержден приказом Министерства спорта Российской Федерации от 08.11.2023 №788 : вступил в силу 19.12.2023 // Офиц. сайт правовых актов. – URL: <http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202312200006> (дата обращения: 11.02.2024).

REFERENCES

1. Verhoshnyskiy Yu. V. (2019), Programming and organization of the training process, Sport Publ., Moscow.
2. Issurin V. B. (2016), Training sportsmen of the 21st century: scientific foundations and construction of training, Sport Publ., Moscow.
3. Matveev L. P. (2019), General theory of sports and its applied aspects, Sport Publ., Moscow.
4. Ozolin N. G. (2011), The trainer's handbook. The Science of Winning, AST Publ., Moscow.
5. Ozolin N. G. (1970), Modern system of sports training. Moscow, Physical culture and sport Publ., Moscow.
6. Pavlov S. E., Pavlov A. S. and Pavlova T. N. (2020), Modern technologies for training highly qualified athletes, OntoPrint Publ., Moscow.
7. Platonov V. N. (2005), The system of training athletes in the Olympic sport. General theory and its practical applications, Soviet Sport Publ., Moscow.
8. Suslov F. P., Sych V. L., Shustin B. N. (Ed.) (1995), Modern system of sports training in SAAM Publ., Moscow.
9. Bompa T. and Buzzicelli K. (2016), Periodization of sports training, Sport Publ., Moscow.
10. Bely K. V. (2023), The system of long-term training in kyokushinkai. Sports and traditions, Monograph, Sport Publ., Moscow.
11. Ministry of Sports of the Russian Federation (2023), Federal standard of sports training for the sport of kyokushinkai (actual), Order of the Ministry of Sports of the Russian Federation of November 08, 2023 N 788, Moscow.

Информация об авторе:

Белый Константин Владимирович, главный аналитик ИНИЦИАТ НГУ им. П.Ф. Лесгафта, г. Санкт-Петербург, snekot@gmail.com, ORCID 0000-0002-9593-7757

Поступила в редакцию 09.02.2024.

Принята к публикации 28.02.2024.