

УДК 796.015.4

Соревнования как важный компонент тренировочного процесса юных спортсменов младшего школьного возраста в спортивной радиопеленгации

Зеленский Константин Григорьевич¹, доктор педагогических наук, профессор

Абрамов Алексей Валерьевич¹

Костюченко Валерий Филиппович², доктор педагогических наук, профессор

¹*Ставропольский государственный педагогический институт, Ставрополь*

²*Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург*

Аннотация. В статье рассмотрены особенности организации процесса подготовки юных спортсменов младшего школьного возраста 8–9 лет, занимающихся в спортивно-оздоровительных группах, где соревнования являются важным компонентом тренировочного процесса. Установлено, что наиболее прочное усвоение фундаментальных навыков и приемов оперативной радиопеленгации происходит при включении в программу тренировки, начиная с первого года обучения, простых внутришкольных и внутригрупповых соревновательных дистанций по спринту. Применять соревновательные упражнения в классических дисциплинах спортивной радиопеленгации для юных спортсменов младшего школьного возраста нецелесообразно.

Ключевые слова: спортивная радиопеленгация, спортивно-оздоровительный этап, спринт, соревнования.

Competitions as an important component of the training process of young athletes of primary school age in sports radio direction finding

Zelensky Konstantin Grigoryevich¹, doctor of pedagogical sciences, professor

Abramov Alexey Valerievich¹

Kostyuchenko Valery Filippovich², doctor of pedagogical sciences, professor

¹*Stavropol State Pedagogical Institute, Stavropol*

²*Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg*

Abstract. The article considers the peculiarities of the organization of the training process for young athletes of primary school age 8–9 years old engaged in sports and recreation groups, where competitions are an important component of the training process. It has been established that the most solid assimilation of fundamental skills and techniques of operational radio direction finding occurs when simple intra-school and intra-group sprint competition distances are included in the training program, starting from the first year of study. It is not advisable to apply competitive exercises in the classical disciplines of sports radio direction finding for young athletes of primary school age.

Keywords: sports radio direction finding, sports and recreation stage, sprint, competitions.

ВВЕДЕНИЕ. По мнению специалистов, возраст 8–9 лет считается наиболее оптимальным для начала занятий спортивной радиопеленгацией (СРП) [1]. Это означает, что в профильных физкультурно-спортивных учреждениях юные спортсмены 8 лет, что соответствует младшему школьному возрасту, могут начинать занятия спортивной радиопеленгацией только в спортивно-оздоровительных группах, так как в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки (ФССП) на начальный этап многолетней тренировки зачисляются дети не моложе 9 лет.

В этом случае в тренировочной программе для групп спортивно-оздоровительного этапа одновременно с всесторонним развитием физических качеств и способностей предусматривается изучение отдельных элементов радиопеленгации и ориентирования на местности, освоение которых может служить ориентиром для дальнейшей спортивной специализации и решением задач первичного отбора.

Включение в программу занятий упражнений с использованием радиопеленгатора не только делает их более интересными, но и закладывает необходимые предпосылки для успешного освоения следующего этапа многолетней подготовки.

В соответствии с требованиями ФССП по виду спорта «радиоспорт», участие в официальных спортивных соревнованиях предусматривается только со 2-го года этапа начальной подготовки. Однако по мнению специалистов [1, 2], участие юных спортсменов 8–9 лет в простых соревнованиях, начиная с первого года обучения, является важным элементом мотивации к занятиям спортом, необходимым компонентом тренировочного процесса и средством контроля за уровнем подготовленности.

Исходя из того, что, с одной стороны, включение элементов радиопеленгации и ориентирования на местности в тренировочный процесс и проведение простых соревнований по спортивной радиопеленгации в спортивно-оздоровительных группах является важным условием для мотивации юного спортсмена к дальнейшим занятиям спортом, а с другой стороны, сложность некоторых соревновательных упражнений в рассматриваемых дисциплинах является препятствием для их включения в учебно-тренировочный процесс, решение данной проблемы является актуальной задачей.

ЦЕЛЬЮ ИССЛЕДОВАНИЯ являлось выявление особенностей организации учебно-тренировочного процесса у детей младшего школьного возраста с использованием простых соревнований по спортивной радиопеленгации и влияния их на уровень подготовленности юных спортсменов.

МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ. В процессе исследования изучалась научно-методическая литература, использовался метод анализа и синтеза проблемной ситуации. В педагогическом эксперименте, который проходил в течение двух лет, принимали участие юные спортсмены 8–10 лет – учащиеся детско-юношеской спортивной школы Шпаковского муниципального округа Ставропольского края. Всего в эксперименте приняли участие 29 детей – 15 мальчиков экспериментальной группы и 14 мальчиков контрольной группы.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Известно, что основной целью, которая ставится перед юными спортсменами, занимающимися в спортивно-оздоровительных группах, является укрепление здоровья и всестороннее развитие физических качеств и способностей. В то же время, как уже было сказано выше, включение на данном этапе подготовки упражнений, связанных с поиском радиопередатчиков, и проведение простых соревнований по спортивной радиопеленгации делает учебно-тренировочный процесс интересным и эмоционально насыщенным.

В группу дисциплин «спортивная радиопеленгация» включены «классические» на 3,5 и 144 МГц, спринт и радиоориентирование. Все они характеризуются разнообразными требованиями, предъявляемыми к уровню подготовленности спортсмена.

С целью определения спортивных дисциплин, которые в большей степени подходят для организации тренировочного процесса в спортивно-оздоровительных группах, нами был проведен анализ выполнения соревновательных действий в различных дисциплинах спортивной радиопеленгации.

Классические дисциплины спортивной радиопеленгации (3,5 и 144 МГц) являются самыми сложными, так как для успешного выполнения соревновательного упражнения помимо владения техническими действиями спортсмен должен решать тактические задачи, которые для большинства младших школьников пред-

ставляются избыточно сложными. Тем не менее, при освоении классических дисциплины юные спортсмены должны с самого начала выполнять все необходимые технико-тактические действия с максимальной концентрацией внимания на их правильность и выполнение, что также вызывает большие сложности [3]. В то же время отказ от выполнения технических навыков и приемов, таких как измерение и нанесение пеленгов на карту, а также действий по решению тактических задач, связанных с выбором порядка обнаружения и пути движения на перегонах в паузах работы радиопередатчиков (РП), в виду их сложности приводит к формированию неверного стереотипа действий на классической дистанции. Это может привести к стагнации результатов и потребовать переучивания спортсмена [4]. Всё это является серьезным препятствием в использовании в тренировочном процессе юных спортсменов 8–9 лет соревновательных упражнений в классических дисциплинах спортивной радиопеленгации, в том числе в качестве средства, обеспечивающего мотивацию к занятиям спортом. Именно по этим причинам использовать даже адаптированные по длине дистанции и продолжительности цикла работы радиопередатчиков классические дисциплины для юных спортсменов 8–9 лет представляется нецелесообразным.

Существенные отличия по сравнению с классическими дисциплинами имеет структура соревновательной деятельности в спринте.

В спортивной дисциплине СРП – «спринт» ведущим фактором, влияющим на успешность выполнения соревновательного упражнения, является степень владения техникой ближнего радиопоиска и элементами оперативной радиопеленгации. Объем тактических задач, которые необходимо решить спортсмену на дистанции, небольшой [5]. В этой связи простые соревнования в спринте могут быть использованы в учебно-тренировочном процессе для занятий в спортивно-оздоровительных группах.

Однако при выполнении соревновательного упражнения в спринте главной сложностью является малая продолжительность сеанса работы РП. Правилами соревнований предусмотрены два режима работы РП в спринте: первый – 12 секунд сеанса, 48 секунд паузы; второй – 20 секунд сеанса, 40 секунд паузы.

Исходя из того, что на спортивно-оздоровительном этапе в первые месяцы подготовки юные спортсмены еще не обладают достаточной оперативностью, чтобы в короткий сеанс установить оптимальные режимы работы радиопеленгатора и определить направление на РП, тренировочные и соревновательные упражнения по спринту, в которых предусматривается поиск РП, работающих в режиме «спринт», в программу тренировочных занятий могут включаться только через 3–4 месяца после начала целенаправленной подготовки.

Наиболее комфортным и доступным режимом работы РП для юных спортсменов является режим – 20 секунд сеанса, 40 секунд паузы. При выполнении соревновательного упражнения в данной дисциплине от спортсмена требуются умения и навыки продолжения движения по определенному направлению после выключения радиопередатчика с использованием компаса или визуального удерживания направления (метод «трех точек»). При проведении занятий по спринту территория, на которой юный спортсмен выполняет упражнение, не должна иметь непреодолимых преград (строения, заборы и др.).

Важным аспектом подготовки простых соревновательных дистанций является видимость контрольных призм, обозначающих РП. Местность, используемая для проведения соревнований среди младших школьников, должна быть открытой, хорошо просматриваемой, без препятствий и желательно хорошо известной участникам. Это могут быть школьный двор, сквер, участок парка и т.п. В то же время на такой местности контрольные призмы могут быть визуально доступны с любой точки, что сводит на нет всю техническую составляющую соревнований. Для решения этой проблемы рекомендуется установка ложных контрольных пунктов, которые внешне выглядят как настоящие, но не оборудованы РП (рис. 1). В этом случае отметка на ложных пунктах либо не засчитывается, либо за неё начисляются штрафные баллы.



Рисунок 1 – Пример расположения старта, финиша, радиопередатчиков и ложных контрольных пунктов при проведении простых внутришкольных соревнований по спринту

С целью проверки целесообразности и эффективности применения простых соревнований по спринту в учебно-тренировочном процессе у детей 8–9 лет (спортивно-оздоровительный этап) для освоения элементов техники радиопеленгации нами было проведено исследование, в котором приняли участие 29 юных спортсменов, закончивших 1 год обучения: 15 мальчиков экспериментальной группы (ЭГ) и 14 мальчиков контрольной группы (КГ).

Юные спортсмены экспериментальной группы, помимо освоения элементов оперативной радиопеленгации, поиска РП, работающих в режиме спринта, и ориентирования на местности, принимали участие в простых соревнованиях по спринту, которые с декабря по январь проводились один раз в месяц, в феврале – два раза, а в весенний и летний период – два-три раза в месяц. Программа соревно-

ваний для детей 8-9 лет усложнялась по мере освоения ими навыков и приёмов радиопеленгации и ориентирования на местности. По классическим дисциплинам спортивной радиопеленгации соревновательные упражнения не использовались.

В программу специальной подготовки спортсменов контрольной группы включались только упражнения, направленные на отработку элементов техники оперативной радиопеленгации и ориентирования на местности. Соревнования по дисциплинам спортивной радиопеленгации для юных спортсменов контрольной группы не проводились.

По окончании учебно-тренировочного года юные спортсмены контрольной и экспериментальной групп сдавали тесты, характеризующие уровень освоения элементов оперативной радиопеленгации и ближнего радиопоиска. Результаты контрольных испытаний приведены в таблице 1.

Таблица 1 – Показатели уровня владения элементами техники оперативной радиопеленгации юных спортсменов 8–9 лет экспериментальной (ЭГ) и контрольной (КГ) групп ($\bar{X} \pm \sigma$)

Контрольные упражнения (испытания)	Результаты тестирования		
	ЭГ (n=15)	КГ (n=14)	Достоверность различий
Настройка радиопеленгатора на частоту радиопередатчика, с	10,0±1,4	11,2±1,5	t–3,3; p<0,01
Установка оптимального уровня громкости сигнала, с	10,0±1,3	12,1±2,0	t–2,2; p<0,05
Определение направления на радиопередатчик, с	18,6±1,7	20,8±1,4	t–2,8; p<0,05
Скорость обнаружения радиопередатчика, находящегося на расстоянии 100–120 м, м·с ^{–1}	1,67±0,16	1,54±0,14	t–2,4; p<0,05

Результаты проведенного исследования показали, что при включении в программу подготовки детей 8-9 лет спортивно-оздоровительного этапа простых соревнований по спринту существенно повышается уровень владения элементами оперативной радиопеленгации и ближнего радиопоиска. У юных спортсменов экспериментальной группы к концу первого года обучения все показатели владения техникой оперативной радиопеленгации достоверно выше, чем у спортсменов контрольной группы (табл. 1). Достоверность различий показателей в установке уровня громкости, в определении направления на РП и скорости обнаружения РП у спортсменов экспериментальной группы, относительно контрольной группы на уровне p<0,05, а в настройке на частоту РП на уровне – p<0,01.

В ЗАКЛЮЧЕНИЕ можно сделать следующие выводы. К занятиям спортивной радиопеленгацией юным спортсменам наиболее целесообразно приступать с 8-9 лет в рамках спортивно-оздоровительных групп, где помимо упражнений, направленных на всестороннее развитие физических способностей, включаются упражнения с радиопеленгатором, компасом и картой.

В учебно-тренировочный процесс в спортивной радиопеленгации юным спортсменам необходимо включать тренировочные и соревновательные упражнения, направленные на освоение дисциплины «спринт». Проводить соревновательные упражнения в классических дисциплинах в возрасте 8-9 лет нецелесообразно.

При организации и проведении соревнований с элементами спортивной радиопеленгации для младших школьников, занимающихся в спортивно-оздоровительных группах, помимо обнаружения непрерывно работающих РП, необходимо применять упражнения, где радиопередатчики работают в режиме 20 секунд сеанса и 40 секунд паузы.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Зеленский К. Г. Организационно-педагогическое обеспечение развития системы многолетней подготовки в спортивной радиопеленгации : диссертация на соискание ученой степени доктора педагогических наук. Санкт-Петербург, 2021. 494 с.
2. Абрамов А. В. Техника и тактика спортивной радиопеленгации. Ставрополь : Изд-во СКФУ, 2020. 121 с. ISBN 978-5-9296-1036-3.
3. Зеленский К. Г. Структура соревновательной деятельности при прохождении классической дистанции в спортивной радиопеленгации // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2014. № 7. С. 73–77.
4. Зеленский К. Г., Костюченко В. Ф., Пономарев Г. Н., Зверев В. Д. Особенности формирования технических приемов пеленгования в спортивной радиопеленгации // Теория и практика физической культуры. 2024. № 3. С. 28–31.
5. Зеленский К. Г. Исследование структуры соревновательной деятельности в спринтерских дистанциях в спортивной радиопеленгации на различных этапах многолетней подготовки // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2018. № 4 (158). С. 102–107.

REFERENCES

1. Zelensky K. G. (2021), "Organizational and pedagogical support for the development of a system of long-term training in sports radio direction finding", dissertation, St. Petersburg.
2. Abramov A. V. (2020), "Technique and tactics of sports radio direction finding: an educational and methodological guide", Stavropol, NCFU Publishing House, ISBN 978-5-9296-1036-3.
3. Zelensky K. G. (2014), "Structure of the competitive activity at classic distance passing in amateur radio direction finding", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 7, pp. 73–77.
4. Zelensky K. G., Kostyuchenko V. F., Ponomarev G. N. and Zverev V. D. (2024), "Features of the formation of technical methods of bearing in sports radio direction finding", *Theory and practice of physical culture*, No. 3, pp. 28–31.
5. Zelensky K. G. (2018), "Research of the structure of competitive activity in sprint distances in sports radio direction finding at different stages of long-term training", *Uchenye zapiski universiteta im P.F. Lesgafta*, No. 4 (158), pp. 102–107.

Информация об авторах:

Зеленский К.Г., профессор кафедры физического воспитания и адаптивной физической культуры, e-mail: ardf_zelenskii@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0003-3987-3274>.

Абрамов А.В., кафедра физического воспитания и адаптивной физической культуры, e-mail: ra4hra@gmail.com.

Костюченко В.Ф., профессор кафедры теории и методики легкой атлетики, e-mail: vf-kost@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-6242-5683>.

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Поступила в редакцию 23.05.2024.

Принята к публикации 18.06.2024.