

REFERENCES

1. Sadovnikov, E.S., Zhegalova, M.N., Sivko, A.V. and Seredintseva, N.V. (2022), "Principles of self-preservation and self-care in a healthy lifestyle", *Physical culture and sports in the 19th century: current problems and solutions*, materials of the 2nd International Scientific and Practical Conference, Volgograd, pp.212–216.

2. Sadovnikov, E.S. and Andryushchenko, O. E (2012), "Features of the formation of the subject of caring about one's health in a healthy lifestyle", *Physical education of students*, Vol. 6, pp. 100–103.

Контактная информация: kfot@volsu.ru

Статья поступила в редакцию 31.10.2023

УДК 796.835

АСПЕКТЫ МОДЕЛИРОВАНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ КИКБОКСЕРОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

Филипп Вадимович Салугин, кандидат педагогических наук, профессор, Омский государственный медицинский университет, Омск, преподаватель, Омский автобронетанковый инженерный институт, Омск

Аннотация

Тренировочный процесс кикбоксеров включает решение множества разносторонних задач. В ряду этих задач представлены следующие: гармоничное физическое развитие, общая и специальная физическая подготовка, личностное становление спортсмена и его психологическая подготовка, а также технико-тактическая подготовка кикбоксеров. Последняя задача повышает необходимость расширения арсенала средств подготовки высококвалифицированных кикбоксеров, в том числе систематизировать имеющиеся в научно-методической литературе сведения для формирования модели индивидуальной подготовки спортсменов. В связи с этим, изучение информационного резерва научно-методической литературы, практического опыта подготовки спортсменов для формирования базовых составляющих формирования указанной модели индивидуальной подготовки спортсменов, является актуальным.

В ходе изучения научно-методической литературы, а также анализа подготовки спортсменов разработана модель личностно-ориентированной технологии в технической подготовке кикбоксеров высокой квалификации. Эта модель включает два основных компонента: социально-педагогический и предметно-дидактический. Каждый из указанных компонентов включает содержательную часть, отражающую личностные свойства кикбоксера, актуальность двигательной дифференциации и т. д., технически связанные путями совершенствования индивидуальной подготовки кикбоксеров.

Ключевые слова: кикбоксинг, свойства личности, двигательная дифференциация, субъект деятельности, индивидуальный подход, модель подготовки

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.11.p364-368

MODELING ASPECTS OF INDIVIDUAL TRAINING OF HIGH-SKILL KICKBOXERS

Philip Vadimovich Salugin, candidate of pedagogical sciences, professor, Omsk State Medical University, teacher, Omsk Auto Armored Engineering Institute

Abstract

The training process of kickboxers includes the solution of many versatile tasks. Among these tasks are the following: harmonious physical development, general and special physical training, personal development of the athlete and his psychological preparation, as well as technical and tactical training of kickboxers. The last task increases the need to expand the arsenal of means of training of highly skilled kickboxers, including systematize the information available in the scientific and methodological literature to form a model of individual training of athletes. In this regard, the study of the information reserve of scientific and methodological literature, practical experience of training athletes to form the basic components of

the formation of the specified model of individual training of athletes, is relevant.

During the study of scientific and methodological literature, as well as the analysis of training athletes developed a model of personality-oriented technology in the technical training of kickboxers of high qualification. This model includes two main components: socio-pedagogical and subject-didactic. Each of the above components includes a content part reflecting the personal properties of the kickboxer, the relevance of motor differentiation, etc., technically related ways to improve the individual training of kickboxers.

Keywords: kickboxing, personality properties, motor differentiation, subject of activity, individual approach, training model

ВЕДЕНИЕ

Из всех параметров, составляющих основы физической подготовки спортсменов наиболее важной отмечена психологическая характеристика спортсмена [1]. Это указывает на то, что практическая подготовка в спортивных играх и единоборствах должна быть ориентированной на индивидуализацию тренировочного процесса. Несомненно, указанное определяет научную и практическую проблему индивидуальности в спорте, как и ситуационности процесса подготовки спортсмена.

Одним из эффективных способов решения этих вопросов является ситуационный подход. Это позволяет раскрыть процесс ведения субъекта деятельности в непосредственной спортивной ситуации, а в дальнейшем рассматривать возможность индивидуальной технической подготовки через ситуационную технику [4]. Указанное свидетельствует о том, что техническая подготовка может определяться как интегративный компонент, вбирающий личностные и индивидуальные характеристики с возможностью их реализации в условиях спортивной деятельности.

С практической точки зрения, индивидуальный подход в ходе подготовки спортсмена полностью реализовать невозможно. С другой стороны, он является ведущим в ходе подготовки спортсменов, особенно в период возрастания спортивного мастерства. Это повышение самооценки в ходе самореализации спортсмена, особенности личности и ее проявления в ходе многолетней подготовки, возрастание требований спортсмена к специфическим условиям тренировочного процесса и многое другое. В связи с этим, часто говорят о возможностях относительной реализации индивидуального подхода, где ведущим критерием дифференциации становится определенная черта, связанная с особенностями самого спортсмена [3].

Исходя с этой точки зрения, техническую подготовку рассматривают как процесс, ориентированный на личность. Это значит, что полная реализация спортсмена, в том числе его двигательного потенциала, должна базироваться на особенностях его психики, особенностях адаптации в изменяющихся условиях среды, коммуникации, способности спортсмена к самоанализу и умению противостоять факторам, препятствующим его развитию.

В настоящее время подготовка единоборцев снижает возможность применения индивидуально-ориентированного подхода. В то же время этот подход способен обеспечить взаимодействие спортсмена и тренера и совершенствовать модель совместной деятельности. На наш взгляд именно этот подход может способствовать реализации ряда задач подготовки, в том числе подбора дидактических методов, методических и инструментальных средств. Указанное в свою очередь позволит совершенствовать ситуационную технику спортсмена, предполагающую некоторую мобильность и изменчивость тренировочного процесса и спортивной деятельности [2].

МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Исследование носит теоретико-практический характер. Ведущим методом исследования явился анализ научно-методической литературы. Он позволил обосновать и построить модель индивидуальной подготовки спортсменов, занимающихся кикбоксингом.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЙ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Анализ подготовки кикбоксеров показывает множество аспектов в построении тренировочного процесса и подборе средств направленной работы со спортсменами. Так в арсенале средств подготовки применяются упражнения, определяющие направленность движений, амплитуду и точность, а также совершенствование различных характеристик двигательной деятельности кикбоксеров.

При разработке модели индивидуальной подготовки мы придерживались основополагающего принципа личностно-ориентированного подхода, который на наш взгляд реализуется в полной мере с точки зрения антропоцентрического аспекта в процессе подготовки спортсмена. Спортсмен является главной действующей фигурой всего тренировочного процесса и есть, по нашему мнению, личностно-ориентированный подход.

При построении модели индивидуальной подготовки кикбоксеров высокой квалификации отчетливо отметились два равноценных составляющих: улучшение технического компонента в кикбоксинге и одновременного процесса формирования умения. Вторая составляющая и является источником совершенствования личности спортсмена [6]. В структуре указанной модели были выделены определенные компоненты (рисунок).



Рисунок – Модель личностно-ориентированной технологии в технической подготовке кикбоксеров высокой квалификации

Как отмечается на рисунке, модель включает два ведущих компонента в процессе реализации личностно-ориентированной технологии. Первый компонент это социально-педагогический, а второй - предметно-дидактический.

Первый компонент способствует реализации современных требований кикбоксинга: необходимость формирования спортсмена с заданными свойствами личности. Своего рода социальный заказ на определенный аспект воспитания кикбоксера. Соответственно этот заказ предполагает решения ряда задач:

1. Устойчивость к определенным триггерам, которые нарушают гармоничность с окружающей средой: переживание, растерянность, беспокойство и т. д.
2. Стремление к самовыражению в любых неблагоприятных условиях.
3. Индивидуальная решимость в сложных ситуациях и т. д.

Второй компонент был связан с организацией научных знаний в системе подготовки с учетом их содержания. Это являлось способом реализации индивидуального подхода в

подготовке кикбоксеров высокой квалификации в техническом аспекте. Усвоение знаний предполагало их организацию по степени трудности. Далее учитывался критерий новизны, учет рациональных приемов усвоения, а также сложность переработки материала.

Очевидно, предметно-дидактическая группа базируется на двигательной дифференциации. Она свою очередь, предполагает исследований предпочтений субъекта воздействия, в частности исследование двух составляющих:

- интерес к работе с разной двигательной сложностью;
- интереса к отдельным тренировочным воздействиям.

Необходимо отметить, что двигательная дифференциация задает определенную работу с учетом специализации области знания, но не интересуется истоками жизнедеятельности спортсмена, как носителя субъектного опыта. И предметная избирательность спортсмена не является продуктом воздействия использования способов дифференциации. Так она формируется задолго до введения дифференцированных форм обучения. По сути, дифференциация подготовки способствует не формированию, а поддержке развития индивидуальности [3, 5, 6].

Учитывая указанное, можно заключить, что вектором личностного развития спортсмена является его субъектность. Процесс направленной подготовки может только корректировать этот процесс. В этих условиях очевидны права спортсмена на самоопределение и самореализацию в формировании собственных знаний через понимание технических приемов, обеспечивающих ему адекватные средства ведения боя.

ВЫВОДЫ:

1. Модель личностно-ориентированной технологии в технической подготовке кикбоксеров высокой квалификации позволяет тренеру индивидуализировать средства подготовки.
2. Модель личностно-ориентированной технологии позволяет разрабатывать индивидуальную структуру подготовки.
3. Модель личностно-ориентированной технологии способствует взаимодействию спортсменов, упрощая формирование пар для спарринга с учетом подготовленности спортсменов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Гераськин А.А. Применение деятельностного подхода в подготовке участников игровых видов спорта / А.А. Гераськин, И.Ф. Андрущишин, Ю.П. Денисенко // Практико-ориентированная подготовка учителя физической культуры : сборник научных статей и тезисов преподавателей и студентов. – Ишим, 2016. – С. 15–23.
2. Козин В.В. Специфика противоборства соперников в ситуационных видах спорта / В.В. Козин, Ф.В. Салугин, А.В. Салугин // Вопросы функциональной подготовки в спорте высших достижений : материалы V Всероссийской научно-практической конференции (14-15 ноября 2017 г.). – Омск : СибГУФК, 2017. – С. 52–56
3. Козин В.В. Совершенствование ситуационной техники в индивидуальной подготовке спортсменов игровых видов и единоборств / В.В. Козин, Ф.В. Салугин // Современные проблемы науки и образования. – 2017. – № 3.; URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=26485> (дата обращения: 07.09.2023).
4. Макаров Ю.М. Обучение ситуационной технике бросков мяча в гандболе с использованием системы развернутых алгоритмов / Ю.М. Макаров, А.А. Чуркин, А.А. Рамзайцева // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2012. – № 10 (92) – С. 104–109.
5. Салугин А.В. Интенсификация тренировочного процесса в подготовке юных спортсменов-единоборцев / А.В. Салугин // Физическая культура и спорт в жизни студенческой молодежи : материалы 3-й Междунар. науч.-практ. конф. (Омск, 6-7 апр. 2017 г.). – Омск : ОмГТУ, 2017. – С. 156–159.
6. Салугин Ф.В. Подходы к совершенствованию быстроты и точности тактико-технических действий кикбоксеров / Ф.В. Салугин, В.В. Козин // Проблемы и перспективы развития физической

культуры и спорта : материалы XVI Всероссийской научно-практической конференции Омск : СибГУФК, 2018. – С. 21–23.

REFERENCES

1. Geraskin A.A., Andrushishin, I.F. and Denisenko Yu.P. (2016), “Application of the activity approach in the training of participants in game sports”. *Practice-oriented training of a physical education teacher: collection of scientific articles and abstracts of teachers and students*, Ishim, pp. 15–23.
2. Kozin, V.V., Salugin, F.V. and Salugin, A.V. (2017), “Specifics of rivalry confrontation in situational sports”, *SibGUFGK, Omsk*, pp. 52–56.
3. Kozin, V.V. and Salugin, F.V. (2017), “Improving the situational technique in the individual training of athletes of game types and martial arts”, *Modern problems of science and education*, No. 3., available at: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=26485> (accessed 7 September 2023).
4. Makarov, Yu.M., Churkin, A.A. and Ramzaitseva, A.A. “Teaching situational technique of ball throws in handball using a system of detailed algorithms”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 10 (92), pp. 104–109.
5. Salugin, A.V. (2017), “Intensification of the training process in the preparation of young martial arts athletes” *Physical culture and sport in the life of student youth: materials of the 3rd Intern. scientific-practical conf.*, OmskGTU, Omsk, pp. 156–159.
6. Salugin, F.V. and Kozin, V.V. (2018), “Approaches to improving the speed and accuracy of tactical and technical actions of kickboxers”, *Problems and prospects for the development of physical culture and sports*, materials of the XVI All-Russian scientific and practical conference, SibGUFGK, Omsk, pp. 21–23.

Контактная информация: saluginfil@mail.ru

Статья поступила в редакцию 29.11.2023

УДК 796.011.3

ПОНЯТИЯ «ЖИЗНЕННО-ВАЖНЫЕ» И «ЖИЗНЕННО-НЕОБХОДИМЫЕ» В КОНТЕКСТЕ МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОЙ СВЯЗИ ТЕОРИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Владимир Владимирович Севастьянов, кандидат педагогических наук, доцент, Воронежский государственный педагогический университет, Воронеж; **Ирина Александровна Сабирова**, доктор педагогических наук, доцент, профессор, Воронежский институт МВД России; **Елена Владимировна Алтухова**, кандидат психологических наук, доцент, заведующая кафедрой, Воронежский государственный аграрный университет имени императора Петра I, Воронеж

Аннотация

Статья продолжает серию публикаций авторов, посвященных актуальной и недостаточно разработанной в отечественных педагогических исследованиях проблеме формирования жизненно-важных и жизненно-необходимых физических способностей в системе профессиональной физической подготовки. Рассматривается необходимость детального изучения и формирования обозначенных способностей на различных жизненных этапах. Представлены результаты анализа литературных источников, посвященных теории и методике физической культуры, философии и физиологии, а также данные предыдущих исследований, уточняющие содержание понятий «жизненно-важные» и «жизненно-необходимые». Обозначены противоречия, свидетельствующие об отсутствии единого понимания этих понятий. В контексте междисциплинарной связи выявлено единое мнение ученых относительно ведущей позиции категории «здоровье» в проблеме сбережения жизни человека. Вместе с тем прослеживается взаимосвязь рассматриваемых понятий с подготовкой к трудовой деятельности, формированием необходимой двигательной базы в ранние периоды жизни.

Ключевые слова: жизненно-важные, жизненно-необходимые, способности, умения, навыки, физическое воспитание, обучение, здоровье, жизнедеятельность.