

ТЕХНОЛОГИЯ УПРАВЛЕНИЯ ПРОЦЕССОМ ОБУЧЕНИЯ ЭЛЕМЕНТАМ НА ВИДАХ ГИМНАСТИЧЕСКОГО МНОГОБОРЬЯ

Эштаев Сергей Анварович

Доктор педагогических наук (DSc), профессор

Узбекский Государственный Университет

Физической Культуры и Спорта

Г.Чирчиқ, Узбекистан

Eshtaev84@mail.ru

Аннотация: В статье рассматриваются вопросы системы управления процессом формирования двигательного навыка гимнастов различной степени подготовленности. Предложены алгоритмы управления в рамках многолетней подготовки и обучения конкретному элементу программы.

Ключевые слова: Подготовка, двигательный навык, интегральный подход, алгоритм, готовность, оценка, тренер, контроль, спортсмен.

GIMNASTIK KO'PKURASH TURLARI ELEMENTLARINI O'RGATISH JARAYONINI BOSHQARISH TEXNOLOGIYASI

Annotatsiya. Maqolada turli darajadagi tayyorgarlik darajasidagi gimnastikachilarning motorli ko'nikmalarini shakllantirish jarayonini nazorat qilish tizimi masalalari muhokama qilinadi. Boshqarish algoritmlari dasturning muayyan elementi uchun ko'p yillik tayyorgarlik va o'qitish doirasida taklif etiladi.

Kalit so'zlar: Tayyorgarlik, vosita mahorati, integral yondashuv, algoritm, tayyorlik, baholash, murabbiy, nazorat, sportchi.

A METHODOLOGY FOR MANAGING THE PROCESS OF TEACHING ELEMENTS IN ARTISTIC GYMNASTICS DISCIPLINES

Annotation. The article discusses the issues of the control system for the process of formation of motor skills of gymnasts of varying degrees of preparedness. Control algorithms are proposed within the framework of many years of preparation and training for a specific element of the program.

Keywords. Preparation, motor skill, integral approach, algorithm, readiness, assessment, coach, control, athlete.

ВВЕДЕНИЕ

В условиях модернизации системы физического воспитания и повышения требований к подготовке спортсменов особую актуальность приобретает

совершенствование технологий управления процессом обучения двигательным действиям в спортивной гимнастике. Современные виды гимнастического многоборья характеризуются высокой координационной сложностью, необходимостью точного выполнения технических элементов и значительными физическими нагрузками, что требует научно обоснованного подхода к организации учебно-тренировочного процесса.

Эффективность обучения гимнастическим элементам во многом определяется рациональным управлением педагогическим процессом, включающим планирование, контроль, коррекцию и оценку результатов подготовки спортсменов. Важным условием успешного освоения техники является применение современных технологий обучения, основанных на индивидуализации подготовки, поэтапном формировании двигательных навыков и использовании средств оперативной обратной связи. При этом особое значение приобретает разработка методов управления процессом обучения, позволяющих оптимизировать нагрузку, повысить качество усвоения технических действий и сократить сроки овладения сложными элементами.

Анализ научно-методической литературы показывает, что несмотря на наличие значительного количества исследований, посвящённых вопросам технической подготовки гимнастов, проблема комплексного управления процессом обучения элементам на видах гимнастического многоборья изучена недостаточно. Сохраняется необходимость поиска эффективных педагогических технологий, обеспечивающих повышение устойчивости двигательных навыков, снижение травматизма и достижение высоких спортивных результатов.

В связи с этим актуальность настоящего исследования обусловлена потребностью в разработке и научном обосновании технологии управления процессом обучения элементам на видах гимнастического многоборья, направленной на совершенствование подготовки спортсменов различного уровня квалификации.

Цель исследования заключается в разработке и обосновании технологии управления процессом обучения элементам на видах гимнастического

многоборья с учётом специфики технической подготовки и индивидуальных особенностей спортсменов.

Задачи исследования:

1. Провести анализ научно-методической литературы по проблеме управления процессом обучения двигательным действиям в спортивной гимнастике;
2. Выявить особенности технической подготовки спортсменов при обучении элементам на видах гимнастического многоборья;
3. Определить педагогические условия, обеспечивающие эффективность управления процессом обучения гимнастическим элементам;
4. Разработать технологию управления процессом обучения элементам на видах гимнастического многоборья с учётом этапов подготовки и индивидуальных особенностей спортсменов.

ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ

Наиболее действенным средством управления процессом обучения упражнениям на снарядах гимнастов являются: структурирование программ обучения в зависимости от степени подготовленности гимнастов с возможностью и оперативного решения промежуточных задач. Помимо этого, важной проблемой для решения становится акцентированное воздействие на ведущие факторы интегральной подготовки, которые объективно повышают качество и надёжность формирования двигательного навыка.

В самом общем виде модель управления включает объект управления (гимнаста), его готовность (состояние), изучаемое упражнение, т.е. основные элементы системы подготовки. В процессе целенаправленного управления на спортсмена оказывают управляющие и возмущающие воздействия. Результатом является освоенное упражнение. Основная цель данного процесса заключается в повышении эффективности и результативности функционирования системы обучения. Для принятия решения об управлении этой системой необходимо определить ее цель, цели ее отдельных подсистем и альтернативные варианты достижения этих целей, которые сопоставляются по определенным критериям

эффективности, а также выбрать наиболее приемлемый для данной ситуации способ организации решения задачи на основе ведущих принципов.

Алгоритм управления обучением в процессе длительного периода подготовки гимнастов как программа последовательных действий для решения поставленной задачи - достижения запланированного максимально возможного результата на данном этапе тренировки (рисунок 1).

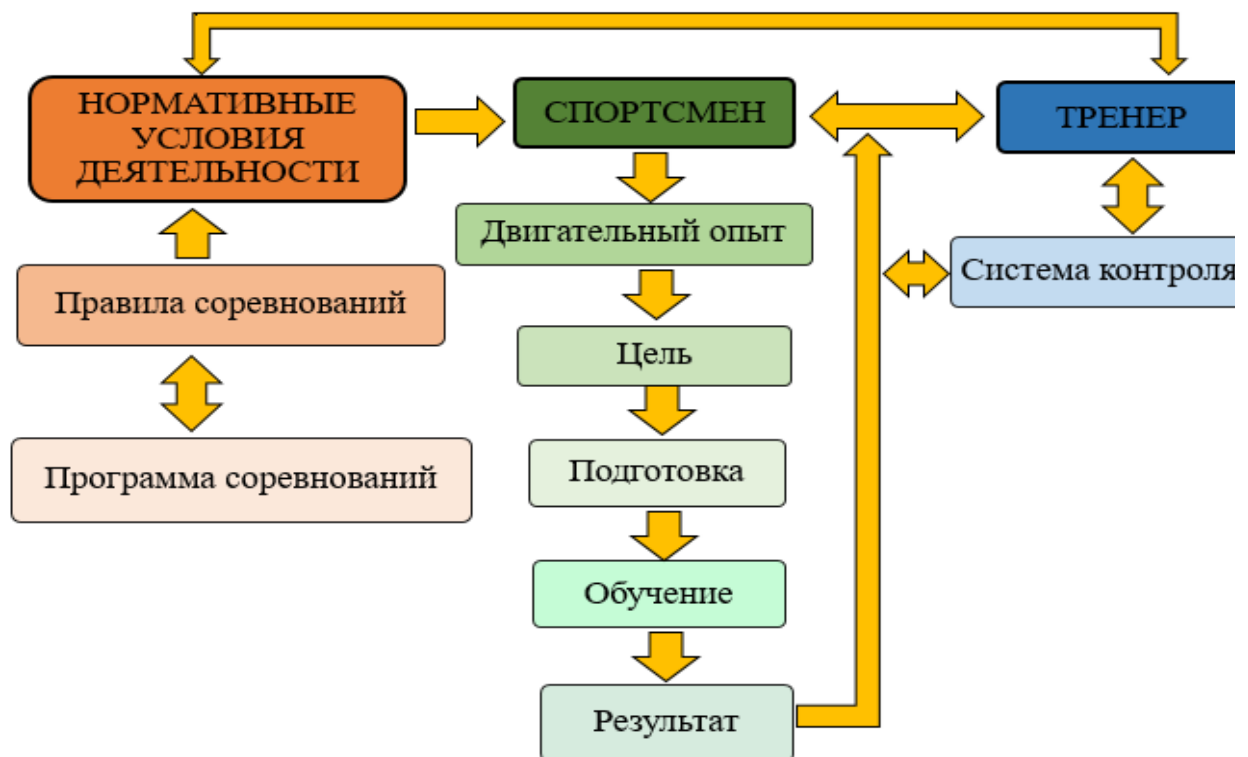


Рис. 1. Схема управления процессом обучения в рамках многолетней подготовки

Данный вид управления обучением можно рассматривать как этапное управление (В.Н. Платонов, 1997), которое предусматривает построение процесса в крупных структурных образованиях: многолетней подготовке, годичном цикле, периоде или этапе.

Управление процессом обучения предусматривает комплексное применение как общих, так и специфических закономерностей, принципов, средств и методов системы подготовки гимнастов и осуществляется спортсменом и тренером посредством традиционных управленческих операций: сбора и анализа информации, принятия и реализации решения.

Содержание самого обучения, как процесса включает в себя следующие действия:

- определение исходного состояния;
- разработку модели обучения;
- разработку программу реализации модели обучения.

Подготовленная программа действий реализуется в конкретном спортивном результате, являющемся продуктом учебно-тренировочной деятельности.

В процессе данной деятельности тренер постоянно осуществляется контроль и при необходимости вносятся соответствующие коррективы.

Необходимо также отметить вероятностный характер обучения всегда стремящемуся к 100 % реализации запланированной программы действий, но, в силу многофакторности и сложности самой деятельности, достижение итогового результата может изменяться в определённых пределах. В этой связи большое значение приобретает система объективного контроля обученности, которая посредством своевременных корректирующих воздействий способных увеличить надёжность достижения запланированного результата и приблизить его к 100 %.

При разработке алгоритма управления обучением конкретным упражнениям (рисунок 2) изучались и обобщались следующие критерии:

- положение о соревнованиях и специальные требования;
- содержание обязательных и произвольных соревновательных программ;
- двигательный опыт и подготовленность занимающихся;
- условия обучения (материально-техническая база);
- система объективного и субъективного контроля;
- система оперативной коррекции.

Динамичность процесса обучения требует постоянного изучения и наблюдения за маркерами, отражающими способность коррекции модели поведения в системе тренер-спортсмен при выборе и принятии решения. Поэтому следует постоянно контролировать тренировочные действия, с учётом текущих обстоятельств, строить дальнейшие планы. В этой связи тренер и спортсмен

посредством текущего или оперативного контроля и коррекции управляют деятельностью внутри системы при изучении конкретных упражнений.

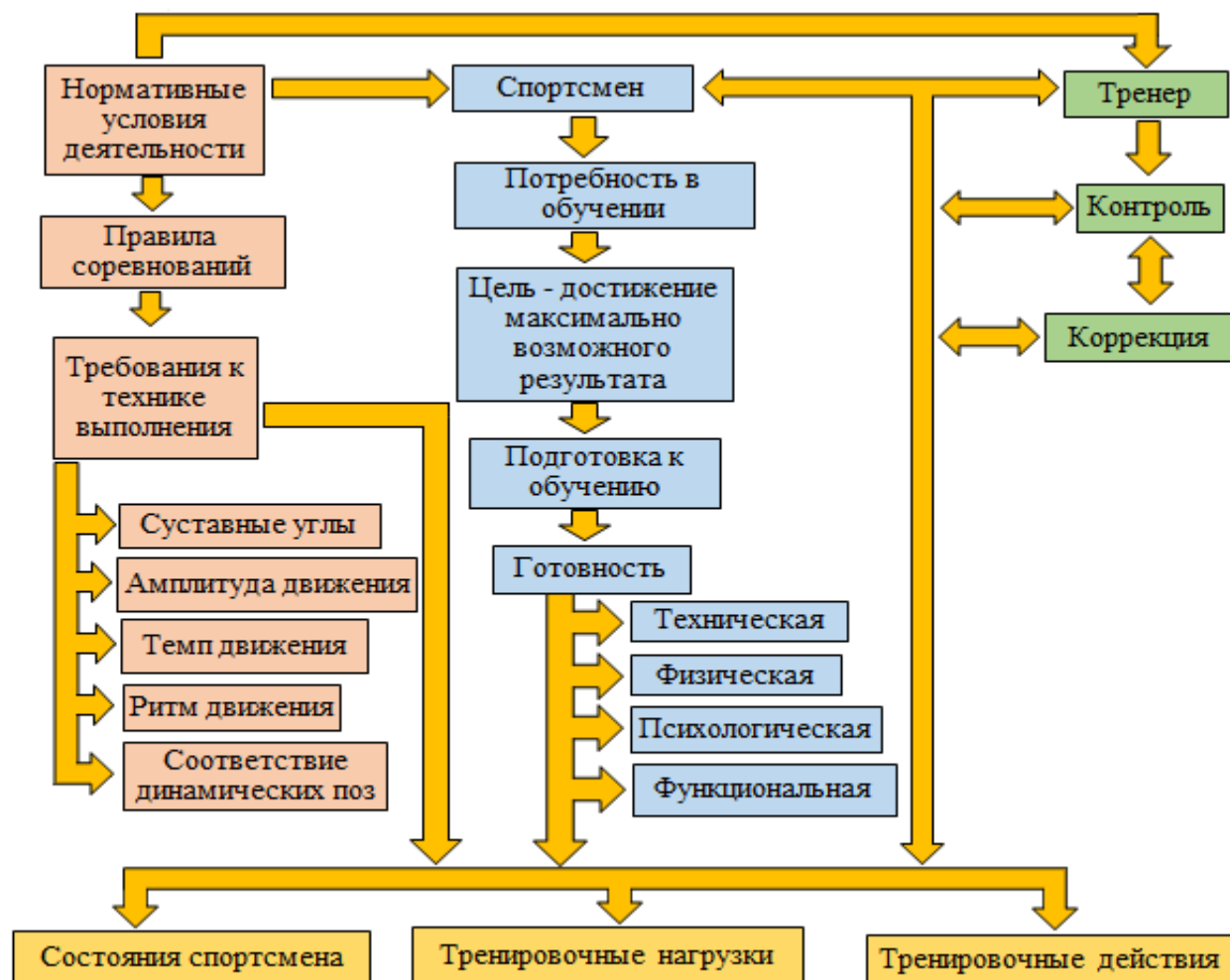


Рис. 2. Схема технологии управления процессом обучения гимнастов конкретному элементу на снарядах

Предлагаемые упрощённые технологические схемы управления не могут в полной мере отразить всю сложность и многообразие ситуаций, возникающих в процессе подготовки гимнастов, однако с их помощью можно представить основные моменты технологии управления, её структуру, последовательность действий и принятия решений, что должно сделать данный процесс более предсказуемым и педагогически направленным.

Определение основных компонентов содержания и структуры подготовки гимнастов на различных этапах подготовки, тенденций развития спортивной гимнастики и основных алгоритмов технологии управления позволяет

приступить к уточнению перспективных путей формирования системы обучения упражнениям на видах гимнастического. Они основываются на применении интегрального подхода к построению, развитию и реализации рассмотренных выше состава, структуры, организации, принципов системы обучения гимнастов, технологических схем и алгоритмов управления.

На наш взгляд, эффективность процесса обучения в спортивной гимнастике можно повысить посредством оперативного управления на тренировочных занятиях и моделированием условий их выполнения в процессе выполнения в соревновательных комбинациях, что позволит достигать запланированного результата путём поэтапного решения промежуточных задач с использованием индивидуальных модельных показателей.

Таким образом, формирование оптимальной структуры обучения элементам на видах гимнастического многоборья гимнастов различной квалификации является сложным и длительным процессом, эффективность которого зависит от многих факторов, но главным остаётся направленность на достижение максимального спортивного результата и развитие индивидуального стиля деятельности, основанного на совершенствовании ведущих сторон подготовленности. Эту задачу тренер начинает решать с первых учебно-тренировочных занятий. При этом первоначально должны получать своё развитие элементы, соответствующие возрастным особенностям занимающихся. Далее, постепенно совершенствуются техническое мастерство, усложняясь от разряда к разряду.

Основу успешного и эффективного процесса обучения, как мы считаем, составляют:

- гармоничное развитие всех сторон подготовленности спортсмена;
- качественное формирование базовых навыков и овладение максимальным арсеналом гимнастических элементов различных структурных групп для создания технической «избыточности»;
- регулярное моделирование соревновательных условий на тренировках и участие в соревнованиях для долговременного приспособления юного гимнаста к их условиям;

- развитие самостоятельности в принятии решений, творческого отношения к тренировкам;
- умение оценивать и регулировать своё состояние;
- максимально возможная индивидуализация процесса подготовки;
- применение системы комплексного контроля.

Так как совершенствование спортивного мастерства предполагает параллельное формирование всех сторон подготовленности, а достижение максимальных результатов является перспективной целью, нам представляется целесообразным разделить процесс управления процессом обучения на 3 основных взаимозависимых блока:

1 блок - перспективное формирование системы обучения гимнастов в процессе многолетней подготовки.

2 блок - этапное формирование системы обучения, особенности которого определяются, прежде всего, динамикой развития спортивной формы.

Ведущими элементами на данном этапе являются подсистемы готовности, которые реализуются на основе принципов оптимальности, динамичности, соответствия структур подготовленности и педагогической управляемости.

3 блок - оперативное формирование системы обучения гимнастов различной степени подготовленности к конкретным элементам на видах многоборья.

Исходя из полученных данных нами был разработан наиболее перспективный алгоритм оперативного формирования системы обучения гимнастов (рисунок 3).

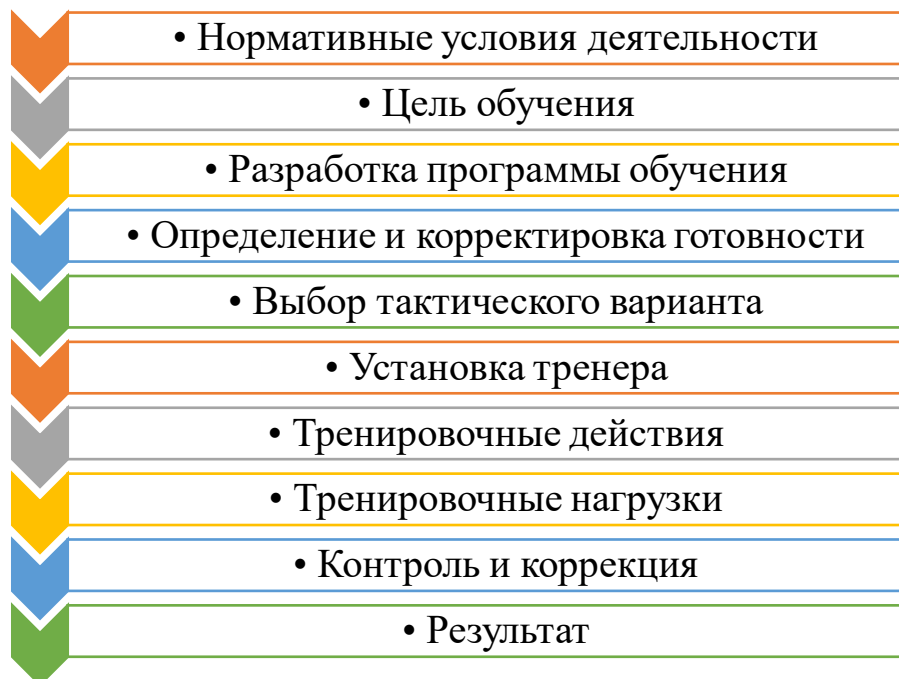


Рис. 3. Алгоритм оперативного формирования системы обучения гимнастов

Осуществляя подготовку спортсмена тренер в течение ряда лет, знает все особенности личности и степень подготовленности своего воспитанника. Поэтому достаточно быстро определяются стратегия и программа обучения гимнастов к конкретным элементам с учётом уровня текущей готовности. Зная принципы структурирования программ обучения и управления системой обучения гимнастов различной квалификации, можно значительно повысить эффективность подготовки, умело регулировать всю деятельность гимнастов на различных этапах становления спортивного мастерства.

ВЫВОДЫ

1. Анализ научно-методической литературы и результатов исследования показал, что эффективность обучения элементам на видах гимнастического многоборья в значительной степени зависит от качества управления учебно-тренировочным процессом, основанного на системном, поэтапном и индивидуализированном подходе к подготовке спортсменов.

2. Установлено, что технология управления процессом обучения должна включать взаимосвязанные компоненты: определение исходного уровня подготовленности гимнастов, моделирование процесса обучения, разработку программ подготовки, систему объективного контроля и оперативной коррекции тренировочной деятельности.

3. Выявлено, что наиболее эффективным средством управления обучением является структурирование программ подготовки с учётом уровня квалификации спортсменов, этапов многолетней подготовки и специфики изучаемых гимнастических элементов.

4. Доказано, что применение этапного и оперативного управления процессом обучения способствует повышению качества освоения двигательных действий, формированию устойчивых двигательных навыков и повышению надёжности выполнения упражнений в соревновательных условиях.

5. Разработанный алгоритм управления обучением гимнастов позволяет повысить эффективность подготовки за счёт последовательного решения промежуточных задач, своевременного контроля и коррекции тренировочного процесса, а также использования индивидуальных модельных характеристик спортсменов.

ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА:

1. Айрапетянц Л.Р. Педагогические основы планирования и контроля соревновательной и тренировочной деятельности в спортивных играх:
2. Акилов М. В. Анализ соревновательной деятельности спортсменов с позиций психолого-педагогической деятельности // Методологические аспекты теории спорта: Сб. науч. статей. - Алма-Ата, 1992. - С. 31-85.
3. Аркаев Л.Я. Интегральная подготовка гимнастов (на примере сборной команды страны): Автореф. дис...канд. пед. наук в виде научного доклада. - СПб., 1994.-43 с.
4. Безродная Н.С., Пилюк Н.Н. Взаимосвязь показателей готовности и результатов соревновательной деятельности акробатов высокой квалификации // Актуальные вопросы физической культуры и спорта: Труды НИИ проблем физической культуры и спорта КубГАФК. - Т. 2. - Краснодар, 1999. С. 69- 74.
5. Эштаев С.А. Динамика процесса обучения гимнастов от занятия до макроцикла // «ФАН СПОРТГА» илмий-назарий журнал. Ч. 2024/5.-С. 14-19.
6. Эштаев С.А. Управление процессом обучения гимнастическим упражнениям гимнастов различной квалификации. Автореф. дис... д-ра пед. наук. - Ч., 2025. - 72 с.

7. Эштаев А.К. Научно-педагогические основы базовой подготовки гимнастов в процессе перехода к этапу спортивного совершенствования. Автореф. дис... д-ра пед. наук. - Ч., 2026. - 76 с.

References:

1. Ayrapetyans L.R. Pedagogical foundations of planning and monitoring competitive and training activities in sports games:
2. Akilov M. V. Analysis of athletes' competitive activities from the perspective of psychological and pedagogical activity // Methodological Aspects of Sports Theory: Collection of Scientific Articles. - Alma-Ata, 1992. - P. 31-85.
3. Arkayev L.Ya. Integral training of gymnasts (using the country's national team as an example): abstract of the dissertation for the degree of Candidate of Pedagogical Sciences in the form of a scientific report. - St. Petersburg, 1994.-43 p.
4. Bezrodnaya N.S., Pilyuk H.H. Correlation of Readiness Indicators and Competitive Activity Results of Highly Qualified Acrobats // Current Issues in Physical Culture and Sports: Proceedings of the Research Institute of Physical Culture and Sports Problems of the KubGASK. - Vol. 2. - Krasnodar, 1999. PP. 69-74.
5. Eshtaev S.A. Dynamics of the gymnasts' training process from session to macrocycle // "FAN SPORTGA" scientific-theoretical journal. Ch. 2024/5. - P. 14-19.
6. Eshtaev S.A. Management of the process of teaching gymnastic exercises to gymnasts of various qualifications. Abstract of the dissertation for the degree of Doctor of Pedagogical Sciences. - Ch., 2025. - 72 p.
7. Eshtaev A.K. Scientific and pedagogical foundations of the basic training of gymnasts in the process of transitioning to the stage of sports improvement. Abstract of the dissertation for the degree of Doctor of Pedagogical Sciences. - Ch., 2026. - 76 p.