

Министерство Образования и Науки Республики Казахстан  
Казахский Национальный Педагогический Университет им Абая


**Дипломная работа**  
**«Характеристика системы управления подготовки юных спортсменов»**

Выполнил: Абулгазиев Б.М.,

Научный руководитель: к.п.н., проф. Хлыстов  
М.С.

Алматы, 2017





Актуальность исследования: теории и методике детско-юношеского спорта все больше внимания уделяется поискам новых форм физического развития, с целью последующей, эффективной реализации возможностей подростка в избранном виде спорта. Ранняя спортивная специализация в подготовке юных спортсменов не позволяет им полностью раскрыть свой спортивный потенциал при переходе из одной возрастной группы в другую и тем более при переходе в спорт высших достижений. В этой связи проблемы научного обоснования рациональной структуры средств общей физической, специальной физической и специальной подготовки юных боксеров на этапе начального обучения представляет значительный интерес для специалистов детско-юношеского спорта и является актуальной задачей подготовки спортивного резерва. За последние годы в развитии бокса произошли большие изменения. Увеличилось количество занимающихся этим видом спорта, количество тренеров, их профессиональный уровень. Тренеры обогатились опытом подготовки выдающихся боксеров у нас в стране и за рубежом, повысился уровень спортивного мастерства боксеров, значительно возросла материальная база. Намного увеличилось количество соревнований как внутри страны, так и за рубежом, изменились правила соревнований.

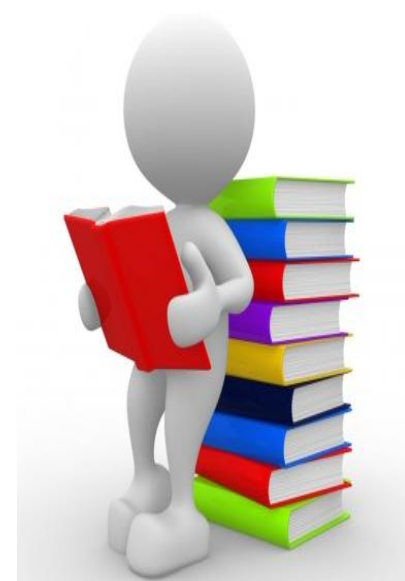
Все это не могло не отразиться на методике подготовки боксеров всех категорий, от новичка и до мастера. Тренировки проводятся более интенсивно, с применением больших нагрузок. Сроки подготовки

боксеров высших разрядов сократились. Тренеры уделяют больше внимания индивидуализации процесса тренировки с учетом способностей боксера и возможностей их развития.

Усовершенствовано планирование и руководство учебно-тренировочным процессом, особенно в подготовке боксеров высших разрядов. Успешно внедряются в практику выводы научных работ в области бокса. Опубликованы новые методические пособия по развитию специальных физических качеств, технике, тактике и психологической подготовке спортсменов (Н. А. Худадов, Г. А. Джероян, Б. И. Бутенко, В. М. Клевенко, Е. И. Огуренков и др.) Поиск новых средств и методов обучения технике и тактики ведения боя, позволит предотвратить негативные последствия, связанные с существующей проблемой.


Неразработанность данной проблемы в научной физкультурно-спортивной литературе, потребность практики в научных исследованиях по осуществлению руководства подготовкой боксеров, отсутствие методике его реализации указывают на актуальность и выбор темы исследования «Характеристика системы управления подготовкой юных спортсменов »

Объект исследования - система управления подготовки юных с



Предмет исследования - технология управления подготовкой юных боксеров

Целью исследования: дать характеристику эффективной системы управления.



## Задачи;

- изучить современное состояние проблемы системы управления подготовкой юных спортсменов;
- уточнить и переосмыслить сущность понятий ;подготовка;,,; спортивная подготовка;,,; система;,,; управления
- определить роль тренера в системе управления подготовкой юных боксеров
- разработать модель системы управления подготовкой юных спортсменов;
- проанализировать управления тренировочной и соревновательной деятельности и технико-тактической подготовки юных спортсменов.

## Методы исследования:

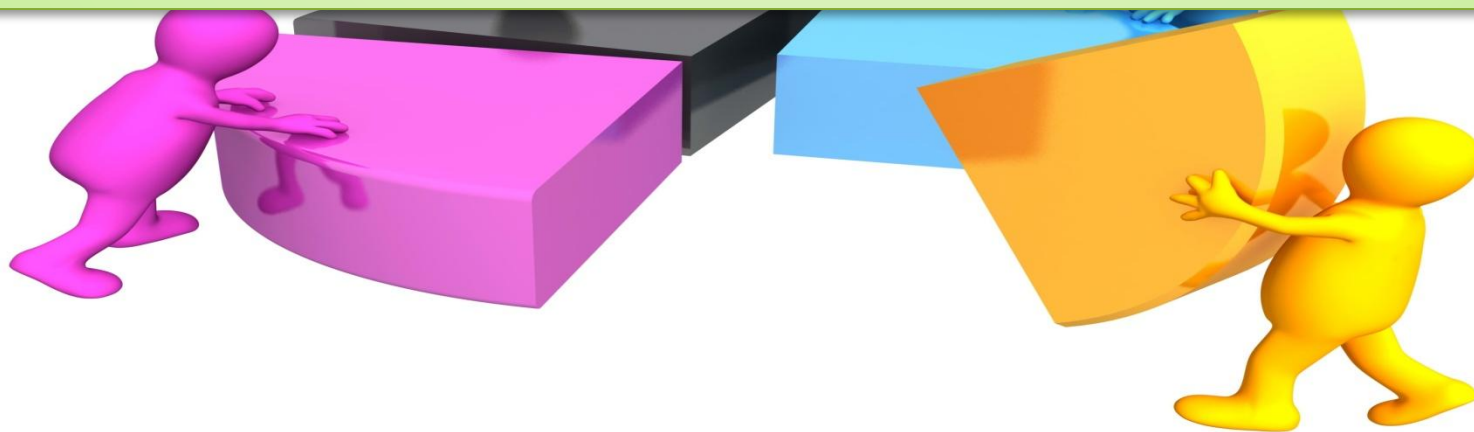
- ❖ теоретический анализ, и обобщение научно-методической литературы по управлению подготовкой юных спортсменов; педагогическое наблюдение за тренировочной соревновательной деятельностью юных спортсменов;

- ❖ метод моделирования;

- ❖ метод математической статистики



Система управления спортивной подготовкой - совокупность знаний, средств, методов, организационных форм и условий, обеспечивающих наивысшую степень готовности спортсмена к спортивным достижениям, а также сама практическая деятельность по подготовке спортсменов. В качестве системы спортивная подготовка включает в себя следующие подсистемы: спортивную тренировку; спортивные соревнования; внутренировочные и внесоревновательные факторы - эти компоненты являются относительно самостоятельными системами.



Управление спортивной подготовкой боксеров связано с разработкой четкой системы управления включённой тренировочным и соревновательным процессом. Предметом системы управления в боксе являются содержание учебно-тренировочного процесса, соревновательной деятельности, состояние различных сторон подготовленности юных боксеров (технической, психологической, физической), их работоспособность, возможности функциональных систем.



СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ СВЯЗАНЫ С РАЗРАБОТКОЙ И ВНЕДРЕНИЕМ В СИСТЕМУ ПОДГОТОВКИ АВТОМАТИЗИРОВАННЫХ И КОМПЬЮТЕРНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, РАЗРАБОТКОЙ ФОРМАЛИЗОВАННЫХ ПРОГРАММ, ОТПИРАЮЩИХСЯ НА ВОЗМОЖНОСТЬ СОВРЕМЕННОЙ ВЫЧИСЛИТЕЛЬНОЙ ТЕХНИКИ.

«На современном этапе развития теории физической культуры и ее необходимо наращивать процесс формирования теоретических знаний и внедрять в практику современные технологии» (В.К. Бальсевич).



Благодаря введению современных тенденций разработку технологий в область спортивной подготовки появляются новые возможности физического воспитания детей и молодежи.



Современные тенденции использования средств современных информационных и коммуникационных технологий в сфере физической культуры и спорта:

Система подготовки специалистов по физической культуре и спорту

Спортивная тренировка

Организация и проведение спортивных соревнований

Оздоровительная физическая культура

Диагностика функциональных систем спортсменов

Мониторинг физического состояния и здоровья занимающихся



Обеспечение условий  
для проведения  
эффективной подготовки  
спортсмена

Практическое  
выполнение программы  
подготовки и ее  
коррекция на основе  
сопоставления  
намеченного и  
выполненного.

Учет и оценка  
состояния и динамика  
работоспособности  
спортсмена, принятие  
решений на будущее

**Управление - это  
целостная система.  
Невозможно говорить  
о тренировке без  
понимания целостной  
системы управления  
в процессе  
тренировки.**

Составление общих и  
индивидуальных планов  
подготовки

Определение  
индивидуальных  
особенностей и  
возможностей  
спортсмена

Установление  
возможно более  
конкретных задач  
обучения, воспитания и  
повышения  
функциональных  
возможностей

# **Этапы управления подготовкой спортсменов (А.В.Гаськов)**

**Разработка модельных характеристик текущего и прогнозируемого состояний для достижения запланированного спортивного результата**

**Разработка характеристик программы, рассматривающей содержание тренировки, соревнований и отдыха**

**Разработка системы контроля за текущим состоянием и выполнение запланированной программы.**

**Обеспечение необходимой коррекции в намеченной программе**

## **В СИСТЕМУ УПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКОЙ ЮНЫХ СПОРТМЕНОВ ВХОДИТ:**

- Учебно-тренировочный процесс
- -Физическая подготовка;
- -Технико-тактическая подготовка;
- -Психологическая подготовка

# Роль тренера в системе управления юных спортсменов

Сбор информации о состоянии спортсменов, включая показатели физической, технико-тактической, психической подготовленности, реакции различных функциональных систем на тренировочные и соревновательные нагрузки, параметры соревновательной деятельности и т.п.

Анализ этой информации на основе сопоставления фактических и заданных параметров, определение путей планирования и коррекции характеристик тренировочной и соревновательной деятельности в направлении, обеспечивающем достижение заданного результата

Принятие и реализацию решений за счет разработки и внедрения целей и задач, планов и программ, средств, методов и т.п., определяющих достижение запрограммированного эффекта тренировочной и соревновательной деятельности

Тренер ведет большую воспитательную работу: контролирует выполнение заданий, держит связь с родителями, школой с целью совместного воздействия и помощи, поднятия дисциплины и побуждения к хорошим поступкам.



На тренера возлагаются большие обязанности не только в физическом воспитании учеников, но и духовном, ведь дети этого возраста наиболее способны подвергаться влиянию тех людей, которым они верят, которых уважают и которым подражают

*«Главный тренер понимает, что достижение высокого результата требует от него мобилизации всех имеющихся резервов, в том числе и связанных с совершенствования управления командой. Бокс любого уровня представляет собой сложную систему, управление которой требует от главного тренера знания всех ее составляющих, строгого контроля за их работой. Это позволит ему избежать ошибок в профессионально-педагогической деятельности. Четкая, подуманная система работы обеспечивает высокую эффективность в руководстве»*  
*А.П.Кочетков*

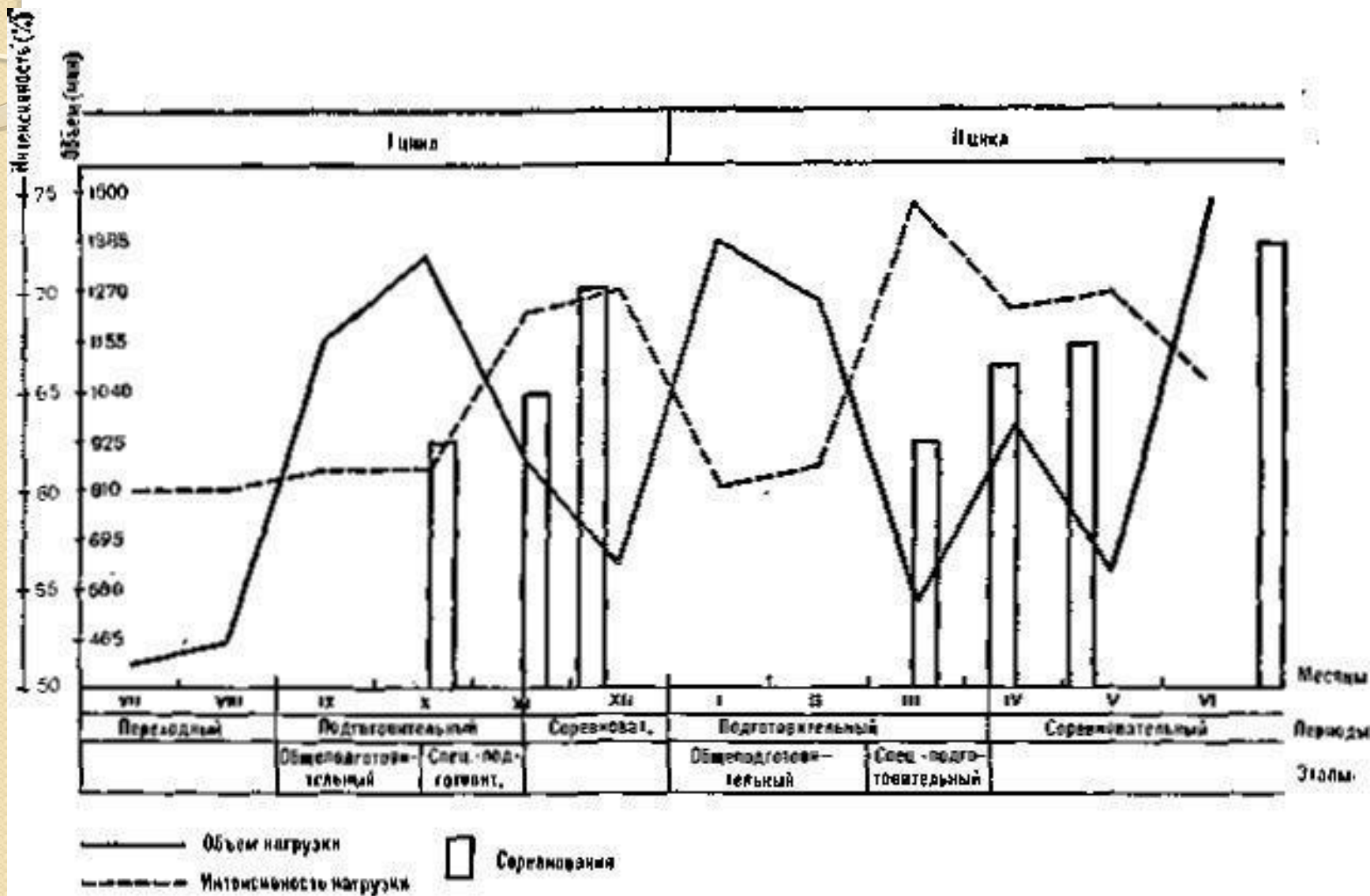


# Годичный тренировочный цикл

В настоящее время, годичный тренировочный цикл для боксеров среднего звена (перворазрядники, кмс и мс) почти не разработан. Такое положение сильно затрудняет процесс планирования тренировки на длительное время, что вынуждает тренеров ограничиваться в большинстве случаев планированием сравнительно коротких этапов подготовки (обычно месячной длительности). Это не позволяет планомерно развивать необходимые качества и функциональные возможности боксеров с учетом закономерностей достижения пика спортивной формы к моменту участия в главных соревнованиях года и превращает тренировку в натаскивание спортсменов к каждому очередному соревнованию со всеми вытекающими отсюда последствиями



# Графическая схема построения тренировки боксеров высокой квалификации (среднего звена).



- **Основными сторонами подготовки спортсмена являются физическая, техническая, тактическая, психическая и интегративная подготовки. Физическая подготовка направлена на укрепление здоровья, достижения высокого уровня физического развития, воспитанию необходимых спортсмену физических качеств. Ее принято подразделять на общую физическую подготовку (ОФП) и специальную физическую подготовку (СФП). Техническая подготовка направлена на обучение спортсмена системе движений соответствующей особенностям данного вида спорта. Современный бокс характеризуется целесообразностью, рациональностью, эффективностью и надежностью технических действий. Достижение высоких спортивных результатов во многом зависит от того, насколько многообразен технический арсенал юного боксера, и как он реализует свои технические возможности в сложных условиях боя при значительном силовом противодействии соперника и нарастающем утомлении.**

Тренеру-преподавателю в своей педагогической деятельности важно учитывать типологические особенности детей и юношей:

- ❖ **нормально-возбудимый, сильный, уравновешенный подвижный тип;**
- ❖ **нормально-возбудимый, сильный, уравновешенный медлительный тип;**
- ❖ **сильный, повышено-возбудимый, безудержный тип;**
- ❖ **пониженно-возбудимый, слабый тип**

**Протокол оценки тактического мастерста ( по Ю.Б.Никифорову)**

<b>Характеристика тактического мастерства</b>	<b>1 Раунд</b>	<b>2 Раунд</b>	<b>3 Раунд</b>	<b>4 Раунд</b>	<b>Весь бой</b>
Умение готовить атаку					
Умение перестраиваться в ходе боя					
Способность использовать провалы соперника					
Тактический тип боксера					
Формы ведения боя					
Дистанция боя					
Используемые тактические приемы					
Общая оценка тактического мастерства					

- Индивидуальный план повышения спортивного мастерства боксера, предусматривающий устранение недостатков, развитие положительных качеств, конкретизируется в плане-графике тренировки.
- В конце периода тренировки суммируют количество упражнений для развития того или иного качества и навыка, метраж в беге, обеспечивающий развитие выносливости, количество раундов в учебных боях, упражнений на снарядах, с партнером и судят об эффективности данных упражнений. Уровень интенсивности упражнений в каждом занятии для наглядности изображают в виде кривой.
- Выполнение плана контролируется непосредственно в соревнованиях или во время вольных боев методом прикидки с составлением таблицы контроля.

# Литература

1. Бутенко Б.И. Специализированная подготовка боксера / Б.И. Бутенко. - М.: Физкультура и спорт, 2007. - 175 с.
2. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов / Ю.В. Верхошанский. - М.: Физкультура и спорт, 2006. - 340 с.
- .Гандельсман А.Б. Физиологические основы методики спортивной тренировки А.Б. Гандельсман, К.М.Смирнов.- М.: Физкультура и спорт, 2008. - 232 с.
- .Гаськов А.В. Теория и методика спортивной тренировки в единоборствах / А.В. Гаськов.- Улан-Удэ, 2007. - 210 с.
- .Горюнов А.И. Особенности становления спортивного мастерства боксеров / А.И. Горюнов // Средства и методы совершенствования технического мастерства техникумов физкультуры / Под ред. А.А. Гужаловского. - М.: Физкультура и спорт, 2006. - 285 с.
- .Дегтярев И.П. Бокс: учебник для ин-тов физкультуры. М.: Физкультура и спорт, 2007. - 398 с.
- .Дегтярев И.П. Совершенствование структуры тренировочных средств боксеров олимпийского резерва. / И.П. Дегтярев, А.В. Гаськов // Бокс: ежегодник. - М.: Физкультура и спорт, 2004.- С. 40-42.
- 8.Дергунов Н.И. Специальная подготовка и комплексный контроль в единоборствах (на примере бокса) / Н.И. Дергунов, О.В. Ендропов, А.А. Калайджян. - Новосибирск, Изд-во НГПУ, 2008. - 250 с.
- .Джероян Г.О. Предсоревновательная подготовка боксеров / Г.О. Джероян, Н.А. Худадов.- М.: Физкультура и спорт, 2004. - 320 с.
- .Зациорский В.М. Физические качества спортсмена / В.М. Зациорский. - М.: Физкультура и спорт, 2008. - 280 с.
- 11.Ильин Е.П. Методические указания к практикуму по психофизиологии (изучение психомоторики) / Е.П. Ильин.- Л.: Изд-во РГПИ им А.И. Герцена, 2005. - 56 с.
- .Клевенко В.М. Быстрота в боксе / В.М. Клевенко. - М.: Физкультура и спорт, 2008.- 405 с.
- .Копцев К.Н. Нормативы оценки общей физической подготовленности боксеров-юниоров / К.Н. Копцев // Бокс: ежегодник. - М.: Физкультура и спорт, 2004.- С.35-37.
- .Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: учебник / Ю.Ф. Курамшин. - М.: Советский спорт, 2003.- 464 с.
- 15.Лаптев А.П. Критерии эффективности тренировочной деятельности боксеров - М.: Физкультура и спорт, 2006.- 128 с.
- 16.Лаптев А.П. Управление тренированностью боксеров / А.П. Лаптев, В.Лавров, П.А. Левитан.- М.: Физкультура и спорт, 2003.- 156 с.

**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ !!!**