

МЕТОДИКА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ БОКСЕРОВ СРЕДСТВАМИ ТАКСОНОМИИ

АМБАРЦУМЯН Наталья Александровна

старший преподаватель кафедры общей и профессиональной педагогики
ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма»
г. Краснодар, Россия

В данной публикации представлены результаты педагогического эксперимента, который заключался с целью разработки модели системы оценки результатов освоения программы спортивной подготовки по боксу на основе применения таксономии. Полученные результаты, проведенного педагогического эксперимента, позволяют расширить теоретическую, практическую подготовку спортсменов, занимающихся в спортивных школах на разных этапах подготовки.

Ключевые слова: таксономия, учебно-тренировочный процесс, бокс, физическая подготовленность, оценка, тестирование.

На основании наблюдений за учебно-тренировочным процессом юных боксеров ДЮСШ, анализа научно-методической литературы, можно выдвинуть предположение, что в настоящее время испытывается дефицит научно-теоретических и методических публикаций в области современной методики обучения технике бокса, основанной на личностно ориентированном подходе. Для развития личности необходимо использование подхода, объединяющего различные аспекты воспитания [3, с. 153].

Как отмечает Е.В. Калашникова «...каждая личность имеет свои особенности, и их учет наиболее полно осуществляется с позиции личностно-ориентированного подхода в учебно-тренировочном процессе боксеров-юношей. Все вышеизложенное даёт возможность сформулировать следующее противоречие между: существующими системами подготовки и физического воспитания боксеров-юношей, направленными на получение максимального спортивного результата и недостаточным научно-методическим обеспечением применения личностно-ориентированного подхода в рамках учебно-тренировочного процесса» [1, с. 15-16].

Результаты анализа научно-методической литературы, наблюдения за учебно-тренировочным процессом начинающих боксеров, опросов тренеров показывают, что существует необходимость в дополнении и изменении методических подходов в решении задач и построении учебно-воспитательного процесса.

Для организации и проведения педагогического эксперимента, а также подтверждения рабочей гипотезы, выдвинутой нами, мы определили и применили следующие методы диагностики: анализ и обобщение данных, встречаемых в современной научной литературе (обзор научно-методической литературы); педагогическое наблюдение; педагогическое тестирование (метод тестов); педагогический эксперимент; методы математической обработки данных.

Педагогическое наблюдение проводилось на базе Муниципального бюджетного учреждения «Спортивная школа олимпийского резерва № 9» муниципального образования город Краснодар с целью определения основных применяемых в практике тренерами средств и методов физического воспитания.

Нами было проанализировано 6 тренировочных занятий со спортсменами группы начальной подготовки.

В план анализа тренировочного занятия мы включили следующие основные положения:

- выявление объема и интенсивности предлагаемой нагрузки в каждой из частей тренировочного занятия;
- определение моторной и общей плотности занятия;
- определение системы оценивания спортсменов в тренировочном процессе;
- анализ средств и методов, направленных на решение всех разделов, рекомендуемой программы подготовки спортсменов.

Таким образом, после осуществления педагогического наблюдения, мы можем сделать следующее заключение, что интенсивность занятия отмечается высокая, но тем не менее, средства и методы физического воспитания однообразны и не всегда удается на каждом тренировочном занятии уделять особое внимание некоторым разделам программы, например, разделу «Воспитание», «Теоретической подготовки», что, на наш взгляд, может привести в дальнейшем к потере интереса к посещению занятий и возникновению конфликтных ситуаций между тренером и воспитанниками.

Оценка уровня физических качеств 13-летних спортсменов, занимающихся боксом, происходила в соответствии с рекомендациями комплексной программы по физической культуре и Федерального стандарта подготовки по виду спорта «Бокс» и включали в себя определение: скоростных способностей – бег 60 м, с; координационные способности – бег 3х10 м, с; выносливость – бег 2000 м, с; скоростно-силовые способности – прыжок в длину с места, см; гибкость – наклон вперед с гимнастической скамейки, см; силовые способности – подтягивание на высокой перекладине.

Тестирование осуществлялось в начале и конце педагогического эксперимента. Педагогический эксперимент проводился на базе МБУ «Спортивная школа олимпийского резерва № 9» муниципального образования город Краснодар. В эксперименте приняли участие мальчики, обучающиеся в 7-х классах (13 лет), которые посещают секцию по боксу 2 год и определены в группу начальной подготовки. Для проведения педагогического эксперимента были сформированы две группы обследуемого контингента: контрольная группа, состоящая из 10 мальчиков и экспериментальная группа, с таким же количеством респондентов.

Контрольная группа обследуемых спортсменов занималась по Федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «Бокс» три раза в неделю по 2 часа.

Экспериментальная группа детей, также осуществляла подготовку по Федеральному стандарту спортивной подготовки по виду

спорта «Бокс» три раза в неделю по 2 часа, но в тренировочном процессе была внедрена модель системы оценки результатов освоения программы спортивной подготовки по боксу на основе применения таксономии.

Вся статистическая обработка осуществлялась в соответствии с рекомендациями для выполняемых работ в области физической культуры с использованием следующих методов: определение среднего арифметического, ошибки среднего, достоверность по группе осуществлялась с помощью t – критерия Стьюдента. Для обработки полученных результатов использовалась прикладная программа Excel [2, с. 65].

Решение поставленных задач предполагало выполнение последовательно следующих нескольких этапов. Согласно Федеральному стандарту по виду спорта «Бокс», подготовка спортсменов осуществляется из расчета 52 недели в год. Задачи этапа начальной подготовки направлены на: привитие интереса к систематическим занятиям физической культуры и спортом; формирование базовых теоретических знаний о физической культуре и спорте, в том числе о таком виде спорта как «бокс»; воспитание физических качеств, а также формирование базовых движений и двигательных действий, в том числе по виду спорта «бокс»; гармоничное развитие физических качеств с акцентом на повышение уровня физической подготовленности юных боксеров; со второго года обучение – участие в соревнованиях.

Таким образом, согласно Федеральному стандарту и программе дополнительного образования, для оценки подготовленности юных спортсменов, акцентированное внимание уделяется вопросу физической подготовленности.

После проведения педагогического наблюдения мы провели первичное тестирование физической подготовленности мальчиков-боксеров 13-летнего возраста, с целью определения однородности сформированных групп для проведения исследования, а также, для оценки подобранных тренерами средств и методов физического воспитания.

Результаты первичного определения уровня физической подготовленности юных боксеров представлены в таблице 1.

Таблица 1

**РЕЗУЛЬТАТЫ ПЕРВИЧНОГО ТЕСТИРОВАНИЯ УРОВНЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ БОКСЕРОВ 13 ЛЕТ
КОНТРОЛЬНОЙ И ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ ГРУПП (N=20)**

Тест	КГ (М ± m)	ЭГ (М ± m)	t	P	Уровень
Бег на 60 метров (с)	10,8±0,13	10,7±0,11	0,59	>0,05	низкий
Бег на 2000 метров (с)	680,0±3,14	683,0±4,17	0,57	>0,05	низкий
Челночный бег 3х10 м (с)	8,9±0,11	9,0±0,12	0,61	>0,05	низкий
Прыжок в длину с места (см)	152,0±1,31	150,0±2,21	0,78	>0,05	низкий
Подтягивание на высокой перекладине (кол-во раз)	5,0±1,37	4,0±1,41	0,81	>0,05	низкий
Наклон вперед из положения стоя (см)	4,3±0,27	4,7±0,38	0,86	>0,05	низкий

Анализируя полученные данные (таблица 1) первичного тестирования физической подготовленности юных боксеров, можно сформулировать следующие выводы: группы до педагогического эксперимента были подобраны однородные и статистически достоверных различий в показателях развития физических качеств не имели ($P > 0,05$); сопоставляя с табличными значениями, рекомендованными программой подготовки спортсменов и школьной программой по предмету «Физическая культура», можно утверждать, что по всем показателям, характеризующим уровень развития физических качеств, у мальчиков 13-летнего возраста низкий уровень физической подготовленности.

Таким образом, возникает потребность в изменении и дополнении методических подходов и приемов, применяемыми тренерами по боксу, для того, чтобы совершенствовать учебно-воспитательный процесс подготовки спортсменов по виду спорта «бокс». Мы разработали модель оценки результатов освоения программы спортивной подготовки по боксу на основе применения таксономии. Таксономия как система построения учебного процесса по принципу «от простого к сложному». Мы предположили, что внедрение в учебно-тренировочный процесс подготовки юных боксеров систему таксономии, значительно повысится уровень теоретической подготовки, что, соответственно, в дальнейшем и будет наблюдаться положительная динамика и в физическом развитии и

подготовленности мальчиков, занимающихся в секции бокса. В основу модели освоения программы спортивной подготовки по боксу вошли следующие ключевые моменты:

- каждое тренировочное занятие было разделено на шесть частей (блоков задач), формулировки которых придерживались следующей схемы: знаю – понимаю – применяю – анализирую – обобщаю – оцениваю;

- нами было разработано 30 конспектов учебно-тренировочных занятий по боксу на основе вышеуказанной схемы постановок задач, по которым работала экспериментальная группа респондентов;

- для проведения тренировочных занятий по боксу на основе разработанной модели, мы предложили 30 тестовых заданий, для освоения теоретического компонента программы и для формирования умственного воспитания у мальчиков, а также 30 индивидуальных для спортсменов карточек-заданий.

Таким образом, тренировочное занятие в экспериментальной группе начиналось с лекции-презентации на тему, которая указана в календарно-тематическом планировании. Далее юные боксеры знакомились с методом эвристической беседы, вопросы, которые заранее планировал тренер, они также вытекали из календарно-тематического планирования.

Организация деятельности обучающихся по актуализации знаний о боксе:

- какой вид спорта для мальчишек является одним из популярных на сегодняшний

день? (бокс);

– давайте вспомним основные двигательные действия, применяемые в боксе;

– почему многие родители считают, что бокс относится к агрессивным видам спорта?

– какие личностные качества можно сформировать, занимаясь боксом?

– какие основные физические качества важно развивать в боксе?

– какие удары разрешено наносить в боксе?

Правильно, ребята, молодцы! С историей и правилами вида спорта «бокс» и основными видами ударов, мы ознакомились на

прошлой тренировке. Какие еще основные двигательные действия, совершаемые в боксе, вы знаете?

В течение четырех месяцев экспериментальная группа принимала участие в педагогическом эксперименте по разработанной нами модели оценки результатов освоения программы спортивной подготовки по боксу на основе применения таксономии. Совместно с тренерами спортивной школы, мы рассмотрели критерии оценивания учебно-тренировочных занятий. Разработанная шкала представлена в таблице 2.

Таблица 2

**ШКАЛА, РАЗРАБОТАННАЯ ТРЕНЕРАМИ ДЛЯ ОЦЕНИВАНИЯ СПОРТСМЕНОВ
В МБУ «СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА № 9»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР**

Задача	«5»	«4»	«3»	«2»
ЗНАНИЕ	Обучающийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала	Содержаться небольшие неточности и незначительные ошибки.	Имеются пробелы в знании материала	Не знание материала программы
ПОНИМАНИЕ	Логично его излагает	Содержаться небольшие неточности и незначительные ошибки.	Не совсем понимает учебный материал	Не понимает материала программы
ПРИМЕНЕНИЕ	Умеет грамотно использовать в деятельности	Содержаться небольшие неточности и незначительные ошибки.	Нет должной аргументации и умения использовать знания на практике	Не умеет применять материал программы
АНАЛИЗ	Умеет грамотно анализировать деятельность	Содержаться небольшие неточности и незначительные ошибки.	Имеются пробелы в анализе своей деятельности	Не умеет анализировать материал программы
СИНТЕЗ	Умеет логично и последовательно обобщать, и синтезировать свои мысли	Содержаться небольшие неточности и незначительные ошибки.	Не может логически построить последовательность	Не обобщает материал программы
ОЦЕНКА	Обладает объективной системой оценивания	Содержаться небольшие неточности и незначительные ошибки.	Не может дать оценку деятельности	Не оценивает материала программы

Таким образом, обучающиеся за 30 учебно-тренировочных занятий с применением

таксономии в системе оценивания по боксу научились следующему (таблица 3).

Таблица 3

ОСВОЕНИЕ КОГНИТИВНОГО КОМПОНЕНТА ЮНЫМИ БОКСЕРАМИ

ЗАДАЧА	РЕЗУЛЬТАТ ОСВОЕНИЯ
ЗНАТЬ	теоретические аспекты
ПОНИМАТЬ	значимость физической культуры и спорта
ПРИМЕНЯТЬ	полученные знания на практике
АНАЛИЗИРОВАТЬ	свою деятельность
ОБОЩАТЬ И СИСТЕМАТИЗИРОВАТЬ	свою деятельность
ОЦЕНИВАТЬ	свои действия

Также мы повторно провели диагностику уровня физической подготовленности респондентов контрольной и эксперименталь-

ной групп после эксперимента. Полученные результаты представлены в таблице 4.

Таблица 4

РЕЗУЛЬТАТЫ ТЕСТИРОВАНИЯ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ БОКСЕРОВ 13 ЛЕТ КОНТРОЛЬНОЙ И ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ ГРУПП ПОСЛЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ЭКСПЕРИМЕНТА (N=20)

Тест	КГ (M ± m)	ЭГ (M ± m)	t	P	Уровень
Бег на 60 метров (с)	9,4±0,11	8,7±0,11	4,50	<0,001	высокий
Бег на 2000 метров (с)	570,0±3,21	573,0±4,71	0,58	>0,05	низкий
Челночный бег 3x10 м (с)	8,9±0,11	8,2±0,12	4,30	<0,001	высокий
Прыжок в длину с места (см)	172,0±1,31	180,0±2,21	0,78	>0,05	средний
Подтягивание на высокой перекладине (кол-во раз)	38,0±0,17	39,0±0,12	1,81	>0,05	низкий
Наклон вперед из положения стоя (см)	5,3±0,27	5,7±0,38	0,86	>0,05	ниже среднего

Анализируя полученные данные, формулируем следующие выводы: статистически достоверно изменились два показателя из шести, а именно, в тесте «бег 60 метров» ($P<0,001$), характеризующий физическое качество «быстрота» и в тесте «челночный бег 3x10 метров» ($P<0,001$), характеризующий физическое качество «ловкость», такие результаты получились, скорее всего, что данные качества являются ведущими в данном виде спорта, а также, система таксономии, направлена на развитие познавательных процессов; также можно сделать вывод, что данный возраст ре-

спондентов находится в сенситивном периоде развития данных физических качеств; произошли изменения в обеих группах по уровню развития физических качеств, исключением стали – «сила» и «выносливость».

Таким образом, можно утверждать, что выдвинутая нами гипотеза исследования, предполагаемая, что применение таксономии для оценки результатов освоения программы спортивной подготовки по боксу, способствуют повышению уровня физической подготовленности спортсменов 13-летнего возраста статистически доказала свою достоверность.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Калашиникова Е.В.* Подготовка студентов вузов физической культуры к агитационно-пропагандистской работе в контексте профессиональной деятельности: специальность 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования»: автореферат дис. ... к.п.н. – Санкт-Петербург, 2021. – 26 с.
2. *Костенко Е.Г.* Моделирование педагогических процессов методами программированного обучения / Е.Г. Костенко, О.С. Толстых // Исследование различных направлений современной науки: сборник материалов VII-ой международной очно-заочной научно-практической конференции, Москва, 14 сентября 2022 года. Том 1. – Москва: Научно-издательский центр «Империя», 2022. – С. 62-66.
3. *Юсупов Ф.Х.* Оценка результатов освоения программы спортивной подготовки по боксу на основе применения таксономии // Тезисы докладов I научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа: материалы конференции, Краснодар, 01 февраля – 22 марта 2023 года. Том Часть 4. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2023. – С. 153-154.