

ЛІТЕРАТУРА

1. Апанасенко Г.Л. Соматическое здоровье и максимальная аэробная способность индивида / Г.Л. Апанасенко, Р.Г. Науменко // Теория и практика физкультуры. – 1988. – №4. – С. 29-31.
2. Колчинская А.З. Система дыхания, гипоксия и возраст / А.З. Колчинская // Физиологический журнал. – 1981. – № 3. – С. 419-424.
3. Марченко В.Н., Роль вегетативных нарушений в патогенезе бронхиальной астмы./ В.Н. Марченко, В.И.Трофимов, В.А. Александрин, Т.М.Синицина, В.В.Пивоваров, Т.В.Щукина // Пульмонология: Прил. - 2000. – Т. 10. – Реф. – 140 с.
4. Панкова Н.Б. Спироартериокардиоритмография новый метод изучения состояния сердечно-сосудистой системы / Н.Б. Панкова, М.А.Лебедева, Л.Е. Курнешова, В.В.Пивоваров, М.Ю. Карганов // Патогенез. – 2003. – №2. – С. 84-88.
5. Романчук О. П. Лікарсько-педагогічний контроль в оздоровчій фізичній культурі : [навч.-метод. пос.] / О.П. Романчук. – Одеса: Видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2010. – 206 с.
6. Bowler SD., Green A., Mitchell CA., Buteyko breathing techniques in asthma: a blinded randomised controlled trial, Med J of Australia 1998; 169: 575-578.

Подано до редакції 13.03.13

УДК 797.25

В. Н. Свиридов

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ ПРИ ПОДГОТОВКЕ ЮНЫХ ВАТЕРПОЛИСТОВ

В статье анализируются методы организации педагогического контроля, которые прошли апробацию при организации тренировочного процесса в специализированной детско-юношеской спортивной школе "Водное поло" города Одессы и показали свою эффективность при подготовке юных ватерполистов.

Ключевые слова: водное поло, педагогический контроль, тренировочный процесс, морфологические изменения, функциональная подготовка, скорость плавания, оперативный контроль.

Постановка проблемы. Водное поло – динамично развивающийся в Украине вид юношеского спорта. Об этом свидетельствуют:

1). Увеличение количества детско-юношеских спортивных школ и центров подготовки детских команд, в этом виде спорта с 5 до 9 за 10 лет, начиная с 2002 года;

2). Количество команд, участвующих в чемпионатах Украины за этот же период, увеличилось с 18 до 30.

На чемпионатах Европы юношеская сборная команда Украины переместилась с 16-го на 12-е место в 2011 году. Таким образом, наметилась тенденция роста популярности роста водного поло и улучшения результатов выступления юных ватерполистов в международных соревнованиях. В связи с этим, возрастает роль и значение исследования и совершенствования методического обеспечения учебно-тренировочной подготовки по водному поло. Поэтому обобщению и совершенствованию методического обеспечения тренировочного процесса в детско-юношеских спортивных школах водного поло Украины, в настоящее время, придается значительное внимание.

Анализ последних исследований и публикаций.

Как известно, методы педагогического контроля в игровых видах спорта имеют много общих положений. Наиболее близким игровым видом спорта к водному поло является гандбол (ручной мяч). Для этого вида спорта, уровень развития которого в Украине достаточно высок, имеются разработки в части педагогического контроля [1], которые апробируются при подготовке к

соревнованиям команд Одесского региона.

Принципиальным отличием водного поло от других игровых видов является водная среда в которой находятся спортсмены, имеющая динамическую вязкость и плотность в десятки раз выше, чем у воздуха [2, 3, 4].

В данной статье поставлена задача совершенствования методов педагогического контроля при подготовке юных ватерполистов.

Развитие системы подготовки молодых ватерполистов невозможно без проведения анализа и научного обоснования системы организации тренировочного процесса.

Этим вопросам всегда придавалось большое значение. Большой вклад в исследования в этом направлении, в разное время, внесли работы И.П. Штеллера [2], М.М. Рыжака [3] и В.Н. Платонова [4].

Однако большинство работ посвящено вопросам подготовки и некоторых аспектов соревновательной деятельности для ватерполистов 15-17 лет [5], взрослых ватерполистов. Это обстоятельство определяет актуальность решения задач совершенствования методов подготовки молодых спортсменов.

Постановка цели и задач исследования. Целью работы является обобщение методов подготовки юных ватерполистов, начиная с первого этапа обучения плаванию, движениям в воде и навыкам обращения с мячом, – до завершения выступлений в юношеских соревнованиях и разработки методик для достижения максимального результата.

Для достижения намеченной цели были поставлены следующие задачи:

1. Изучение и обобщение современного состояния системы подготовки юных ватерполистов.

2. Анализ и обобщение данных научной, методической и специальной литературы.

3. Педагогический эксперимент с использованием комплекса медико-физических и педагогических контрольных процедур.

Результаты исследования и их обсуждение.

Исследования проводились на основе подготовки юных ватерполистов в ДЮСШ "Водное поло" города Одессы в течение 10 лет, начиная с 2002 года, в количестве 45 человек.

В них принимали участие ватерполисты команд, участвующих в открытых чемпионатах Украины, среди юношей возрастных групп с 1990 по 1999 годов рождения.

Были проанализированы основные аспекты подготовки команд под руководством различных тренеров, использовавших различные методы и формы работы, начиная с начального этапа, – когда детей впервые приводили в бассейн, и далее, до окончания юношеского возраста.

Результаты проведенного исследования позволили существенно улучшить уровень подготовки и командные результаты в чемпионатах Украины и других ватерпольных турнирах.

В рамках статьи, сделана попытка определить содержание и методы комплексного подхода к подготовке юных ватерполистов, называемого педагогическим контролем.

Под педагогическим контролем следует понимать совокупность методов контроля параметров определяющих динамику и причины морфологических и функциональных изменений в организме игроков.

Педагогический контроль может быть использован в планировании тренировочного процесса и может включать следующие составляющие:

- определение конкретных задач и целей в процессе подготовки к участию в соревнованиях,
- определение функционального состояния игроков,
- определение индивидуальных особенностей и плавательной подготовки,
- определение эффективного объема нагрузок, определение микро-, мезо- и макроциклов, и их влияние на состояние спортсменов,
- разработку командных и индивидуальных планов тренировок,
- контроль выполнения планов подготовки, определения целесообразности внесения изменений в планы.

Наиболее важными факторами, влияющими на достижение максимальных результатов в игровых видах спорта, являются: уровень специальной физической, технической и тактической подготовки; функциональное и психологическое состояние; игровой опыт, способность восстанавливаться, состояние здоровья.

Для ватерполистов такими показателями являются:

- уровень плавательной подготовки,
- общая и специальная выносливость,
- высокая скорость плавания и способность быстро менять направление движения и другие маневры в неожиданно возникающих ситуациях,
- быстрота оценки и принятия решения в меняющейся игровой ситуации,
- правильная координация передвижений в игре с учетом действий игроков-партнеров и противников,
- хорошая техническая и тактическая подготовки,
- большой опыт участия в соревнованиях,
- физическая сила и способность к силовой борьбе с противником в воде,
- психологическая устойчивость,
- способность к быстрому восстановлению.

Педагогический контроль следует выполнять в следующих направлениях:

1. Контроль функционального состояния нервно-мышечного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.
2. Контроль уровня развития физических качеств: силы, быстроты, выносливости, быстроты реакции.
3. Контроль уровня специальной физической и технической подготовки.
4. Контроль уровня технико-тактической подготовки и мастерства ватерполистов.
5. Оценка психо-функционального состояния в игровом процессе соревнований.

Для получения объективных данных результатов педагогического контроля, его надо проводить на разных этапах тренировочного процесса с учетом изменения возраста и физического развития молодого ватерполиста. Это достигается следующими видами контроля: поэтапный, текущий, оперативный.

Поэтапный контроль целесообразно проводить в заключительной фазе подготовки к наиболее важным соревнованиям сезона (например, финал Чемпионата Украины пол водному поло), когда юные спортсмены находятся в оптимальной спортивной форме.

Текущий контроль проводится в процессе подготовки юных ватерполистов ко всем соревнованиям сезона, начиная с периода после летних школьных каникул.

Это позволяет оценивать состояние ватерполистов под влиянием различного уровня физических нагрузок, контролировать динамику процесса восстановления спортсмена, учитывая особенности взаимодействия с различными по величине и виду нагрузками. Результаты текущего контроля позволяют корректировать содержание тренировочного процесса с учетом физического состояния игроков.

Оперативный контроль проводится с целью оптимизации программ и содержания тренировочных занятий. Это позволяет выбирать отдельные упражнения и их комплексы, способствующие устранению недостатков в подготовке спортсменов мешающих достижению поставленных задач.

В различных видах педагогического контроля

могут использоваться разнообразные тесты [6], которые, с учетом конкретных целей и задач педагогического контроля, позволяют оценить:

- реакцию организма на предельные нагрузки в тренировочном процессе,
- особенности процессов утомления и восстановления,
- уровень функциональной подготовки игроков,
- скоростные качества и уровень технико-тактической подготовки,
- эффективность командных взаимодействий игроков.

Выводы и перспектива дальнейших исследований. На основании полученных результатов, можно сделать заключение, что внедрение в тренировочный процесс подготовки юных ватерполистов педагогического контроля, позволит существенно улучшить уровень технико-тактической и функциональной подготовки команд. Этот вывод подтверждается на примере результатов, достигнутых воспитанниками детско-

юношеской спортивной школы "Водное поло" города Одессы в Первенстве Украины 2012 года: в младшей возрастной группе – второе место, в средней возрастной группе первое место и в старшей возрастной группе – третье место.

Среди комплекса мероприятий, предусмотренных системой педагогического контроля, наибольший вклад в достижения максимального результата вносят:

- высокий уровень плавательной подготовки,
- техническая подготовка,
- тактическая подготовка командных действий,
- психологическая устойчивость игроков,
- общая и специальная выносливость,
- скорость реакции на изменяющиеся ситуации в игре,
- умение вести силовую борьбу в рамках правил.

Перспективными задачами являются, работы по совершенствованию и апробации всех составляющих предлагаемого комплексного метода подготовки юных ватерполистов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Осіпова І.В. Методика проведення педагогічного контролю юних гандболістів / І.В. Осіпова, В.В. Равніст та ін. // Матеріали науково-практичної конференції "Проблеми реабілітації". – Одеса: Південноукраїнський державний педагогічний університет ім. К.Д. Ушинського, 2005. – С. 115-119.
2. Штеллер И.П. Водное поло : [учебник для институтов физической культуры] / И.П. Штеллер. – М. : Физкультура и спорт, 1981. – 200 с.
3. Рыжак М.М. Водное поло в вузе / М.М. Ры-

жак. – М.: Высшая школа, 1984. – 144 с.

4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В.Н. Платонов. – Киев: Олимпийская литература, 1997. – 583 с.

5. Чернов В.Н. Особенности подготовки спортсменов ватерполистов в учебно-тренировочных группах ДЮСШ / В.Н. Чернов, О.П. Топышев, М.И. Кочубей. – М., 1988. – 33 с.

6. Чернов В.Н. Контрольные тесты / В.Н. Чернов, О.П. Топышев, М.И. Кочубей. – М., 1988. – 28 с.

Подано до редакції 13.03.13