

ПЕРСПЕКТИВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА

*материалы VIII Всероссийской
научно-практической конференции
с международным участием*

г. Нижневартовск, 23–24 марта 2018 года

**ББК 75я43
П28**

Печатается по постановлению Редакционно-издательского совета
Нижевартовского государственного университета

ответственный редактор канд.пед.наук, доцент Пащенко Л.Г.

П28 Перспективные направления в области физической культуры, спорта и туризма: Материалы VIII всероссийской научно-практической конференции с международным участием (г. Нижневартовск, 23–24 марта 2018 г.) / Отв. ред. Л.Г. Пащенко – Нижневартовск: Изд-во Нижневарт. гос. ун-та, 2018 – 638 с.

ISBN 978–5–00047–447–1

Сборник конференции включает материалы докладов аспирантов, преподавателей и молодых ученых, посвященные вопросам теории и практики физического воспитания, культурологическим, историческим, социально-экономическим, медико-биологическим и психолого-педагогическим аспектам физической культуры и спорта, проблемам адаптивной физической культуры и реабилитации, а также внедрению инновационных технологий в учебный процесс по физической культуре и спорту.

Для преподавателей, аспирантов, педагогов-практиков и студентов высших учебных заведений.

ББК 75я43

Изд. лиц. ЛР № 020742. Подписано в печать 15.06.2018
Формат 60×84/8. Бумага для множительных аппаратов
Гарнитура Times. Усл. печ. листов 79,75
Тираж 100 экз. Заказ 2012

Отпечатано в Издательстве
Нижевартовского государственного университета
628615, Тюменская область, г. Нижневартовск, ул. Дзержинского, 11
Тел./факс: (3466) 43-75-73, E-mail: izd@nvsu.ru

ISBN 978–5–00047–447–1

© Издательство НВГУ, 2018

пример молодому поколению. Спортивно-ориентированное воспитание студентов должно подстегнуть и стимулировать интерес к активному двигательному режиму молодёжи в стенах нашего университета [4, с. 97].

Литература

1. Бон Н.В. Знаниево-информационная основа физического воспитания студентов в системе высшего образования / Н.В. Бон, О.А. Перминов // Актуальные задачи педагогики: материалы VIII Междунар. науч. конф. – М.: Буки-Веди, 2017. – С. 142–144.
2. Вилюнас В. Психология развития мотивации / В. Вилюнас. – СПб.: Речь, 2006. – 458 с.
3. Додонова Л.П. Взаимосвязь морфофункциональных и двигательных показателей студентов с учетом соматотипов / Л.П. Додонова, В.В. Шмер // Теория и методика физической культуры и спорта: наследие основоположников и перспективы развития: матер. международной научной конференции, посвященной 85-летию со дня рождения Л.П. Матвеева. – М.: РГУФКСМТ, 2010. – С. 286–288.
4. Коршунова О.С. Элективные курсы по физической культуре в новосибирском государственном университете экономики и управления (НГУЭУ) / О.С. Коршунова // Интерэкспо Гео-Сибирь. – 2017. – Т. 6. – № 2. – С. 96–99.
5. Коршунова О.С. Эффективность работы преподавателей кафедры физического воспитания и спорта экономического вуза / О.С. Коршунова // Актуальные задачи педагогики: материалы VIII Междунар. науч. конф. – М.: Буки-Веди, 2017. – С. 152–154.

УДК 796.856.2

С.Н. Елецкий

преподаватель

Луганская Народная Республика, г. Луганск,

Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко

ТЕХНИЧЕСКИЕ ПРИЁМЫ В ТХЭКВОНДО И ОСОБЕННОСТИ ИХ ПРИМЕНЕНИЯ

Аннотация. В статье рассматриваются особенности использования технических приемов в тхэквондо. Приводятся статистически обработанные данные анкетного опроса, касающиеся преимуществ в применении и частоты использования тхэквондистами тех или иных ударов.

Ключевые слова: тхэквондо; технические приемы; техническая подготовленность.

Среди ведущих специалистов теории спортивной подготовки распространено мнение, что ключевым условием эффективного управления является наличие у тренера модели спортсмена. Разработка научных основ тренировочного процесса в различных видах спорта тесно связана с изучением сторон подготовленности сильнейших спортсменов [1, с. 12].

Известно, что техническая подготовленность выдающегося спортсмена может служить эталоном для тех, кто занимается этим видом спорта. Чтобы рационально осуществлять процесс спортивного совершенствования, необходимо определить основные особенности применения технических элементов, присущие спортсменам высокой квалификации [2, с. 16]. Модель сильнейшего спортсмена должна определять не только наиболее значимые показатели его технической подготовленности, но и возможные отличия от идеала, а также предусматривать определенные отклонения в связи с прогнозируемым ростом спортивного мастерства [3, с. 9].

Изучение структуры и содержания соревновательной деятельности, позволяет более обоснованно подбирать средства и методы технической подготовки, адекватные специфике соревновательной деятельности. В частности, в спортивных единоборствах специалисты уделяют внимание изучению количественных и качественных показателей применения технико-тактических приемов в условиях соревновательных схваток.

Цель статьи – проанализировать особенности применения технических приемов в тхэквондо.

Нами использовались следующие методы исследований: анализ научно-методической литературы, анкетирование, методы математической статистики.

Для определения технических приемов, которые используют тхэквондисты, нами был проведен анкетный опрос 32 членов сборной команды Луганской Народной Республики по тхэквондо

ВТФ. Опрошенные тхэквондисты отметили, что в соревновательных поединках чаще всего среди ударов ногами они наносят пандель-чаги сзади стоящей ногой и пандель-чаги впереди стоящей ногой – (частота их применения составляет 4,86 и 3,88 условных баллов соответственно, табл. 1). Меньше применяют сложные удары – двойки и тройки (от 2,39 до 3,63 условных баллов).

Таблица 1

Частота применения ударов ногами в соревновательных схватках тхэквондистов

Удары	Частота применения, условные баллы *
пандель-чаги сзади стоящей ногой	4,86
пандель-чаги впереди стоящей ногой	3,88
двойка впереди стоящей ногой	3,63
двойка сзади стоящей ногой	2,86
тройка впереди стоящей ногой	2,39
тройка сзади стоящей ногой	2,40
дольо-чаги	4,20
нэрьо-чаги	3,55
твидольо-чаги	3,18
торнадо-чаги	2,60
твидольо-чаги с опорной ноги	1,19

Примечание: * ответ «очень часто» оценивалась в 5 условных баллов, «часто» – 4, «редко» – 3, «очень редко» – 2, «не применяю» – 1.

Среди ударов ногами в голову наибольшие показатели частоты применения имеют долио-чаги и нэрьо-чаги – 4,20 и 3,55 условных баллов соответственно (табл. 1). Удары торнадо (ольгуль) и твидольо-чаги применяются менее часто – от 2,53 до 3,18 условных баллов. Твидольо-чаги с опорной ноги часть опрошенных тхэквондистов применяет очень редко, а другие вообще не применяют данный прием. Данные по использованию ударов руками и ногами согласуются с результатами других исследований в единоборствах: в соревновательных поединках кикбоксеров прямые удары руками и круговые удары ногами также применяются чаще других [5, с. 11].

Опрос также определил, что связка технических элементов скольжения вперед + пандель-чаги сзади стоящей ногой чаще других используются большинством тхэквондистов в соединениях технических действий. Такой вариант ответа дали большинство респондентов, незначительное количество респондентов отдают предпочтение связке стартовый шаг + пандель-чаги сзади стоящей ногой.

Из видов двухударных соединений самыми распространенными среди тхэквондистов являются: пандель-чаги сзади стоящей ногой + пандель-чаги сзади стоящей ногой (разными ногами); пандель-чаги сзади стоящей ногой + пандель-чаги впереди стоящей ногой (одной ногой); пандель-чаги сзади стоящей ногой + двойка сзади стоящей ногой (удары начинаются разными ногами); пандель-чаги впереди стоящей ногой + пандель-чаги сзади стоящей ногой (разными ногами); пандель-чаги впереди стоящей ногой + двойка сзади стоящей ногой (удары начинаются разными ногами); двойка впереди стоящей ногой + пандель-чаги сзади стоящей ногой (удары начинаются одной ногой); двойка впереди стоящей ногой + пандель-чаги впереди стоящей ногой (удары начинаются разными ногами); двойка сзади стоящей ногой + пандель-чаги сзади стоящей ногой (удары начинаются одной ногой). Эти виды соединений применяет подавляющее большинство спортсменов, поэтому их можно считать самыми распространенными в технико-тактическом арсенале тхэквондистов (табл. 2).

Результаты опроса свидетельствуют о том, что самыми распространенными в технико-тактическом арсенале тхэквондистов являются двухударные связки состоящие из ударов в корпус, что согласуется с ранее полученными данными при анализе видеозаписей [4, с. 17].

Отсутствие ударов в голову в часто употребляемых связках может быть объяснено сложной техникой исполнения данных приемов. Большинство респондентов отметили, что очень редко применяют в поединках связки с трех ударов ногами и не применяют связки из четырех и более ударов.

Частота применения связок ударов ногами в соревновательных схватках тхэквондистов

Виды связок ударов ногами	Частота применения, условные баллы
пандель-чаги сзади стоящей ногой + пандель-чаги сзади стоящей ногой (разными ногами)	4,9
пандель-чаги сзади стоящей ногой + пандель-чаги впереди стоящей ногой (одной ногой)	3,9
пандель-чаги сзади стоящей ногой + двойка сзади стоящей ногой (удары начинаются разными ногами)	3,7
пандель-чаги впереди стоящей ногой + пандель-чаги сзади стоящей ногой (разными ногами)	2,9
двойка впереди стоящей ногой + пандель-чаги сзади стоящей ногой (удары начинаются одной ногой)	2,5
пандель-чаги впереди стоящей ногой + двойка сзади стоящей ногой (удары начинаются разными ногами)	2,4
двойка впереди стоящей ногой + пандель-чаги впереди стоящей ногой (удары начинаются разными ногами)	2,2
двойка сзади стоящей ногой + пандель-чаги сзади стоящей ногой (удары начинаются одной ногой)	1,9

В ходе исследования были проанализированы особенности применения технических приемов в тхэквондо, что позволило определить соотношение отдельных видов ударов в соревновательном арсенале тхэквондистов. Среди ударов ногами спортсмены отдают предпочтение исполнению ударов пандель-чаги, также обнаружено, что в процессе соревновательной деятельности тхэквондисты отдают предпочтение применению двухударных связок ударов ногами, состоящих из круговых ударов в корпус (пандель-чаги). Полученные данные планируется использовать для определения содержания технической подготовки юных тхэквондистов.

Литература

1. Калашников Ю.Б. Место «СТЭП» в технических приемах и тактико-технических действиях в тхэквондо / Ю.Б. Калашников // Теория и практика физической культуры. – 1999. – № 2. – С. 37.
2. Макаридин А.Н. Модельные характеристики сильнейших спортсменов в каратэ (WKF) в связи с проблемой спортивного отбора / А.Н. Макаридин // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 7. – С. 36–38.
3. Новиков А.А. Система успешной подготовки ближайшего спортивного резерва / А.А. Новиков // Теория и практика физ. культуры. – 1999. – № 8. – С. 36–38.
4. Шамардина Г. Анализ технических действий в условиях соревнований тхэквондистов высокой квалификации / Г. Шамардина, А. Титаренко // Спортивный вестник Приднепровья. – 2008. – № 1. – С. 38–40.
5. Яремко Н.А. Совершенствование скоростно-силовых качеств в ударных приемах кикбоксеров на этапе предварительной базовой подготовки: автореф. дис ... канд. наук по физическому воспитанию и спорту / Н.А. Яремко. – Львов, 2001. – 21 с.

УДК 796.856.2

Гордеева И.В. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ЗДОРОВЬЯ В ПРОФИЛАКТИКЕ ПРОТИВОПРАВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ.....	92
Гусев А.В., Козлов Е.В. ФИЗИЧЕСКАЯ И ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА КУРСАНТОВ ЛЕТНЫХ УЧИЛИЩ.....	95
Давыдов В.Ю., Манкевич А.Н. ОСВОЕНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ И ТЕХНИКИ ПЛАВАНИЯ ДЕТЬМИ 5–6 ЛЕТ РАЗНЫХ ТИПОВ КОНСТИТУЦИИ.....	97
Дараган С.В. ПЕРСПЕКТИВНОЕ РАЗВИТИЕ ИНДУСТРИИ ТУРИЗМА КАК ЦИФРОВОЙ ЭКОСИСТЕМЫ.....	100
Демьянова Л.М., Мошева И.С. ОСОБЕННОСТИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ТРЕНИРОВКИ В ГОРНЫХ УСЛОВИЯХ	103
Домра Ю.М., Бердник А.Е. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ТУРИСТСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (НА ПРИМЕРЕ СИСТЕМ БРОНИРОВАНИЯ).....	106
Домра Ю.М., Коршакевич Э.Н. РАЗВИТИЕ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА В РОССИИ	108
Драгунова Н.Л. ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ И ПРОВЕДЕНИЯ ВЕЛОТУРА ПО ЛЕВОБЕРЕЖЬЮ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ.....	110
Дулина Н.В., Икингрин Е.Н. ОБЩЕЕ И ОСОБЕННОЕ В ОЦЕНКАХ И МНЕНИЯХ СТУДЕНТОВ РАЗНЫХ РЕГИОНОВ СОВРЕМЕННОЙ РОССИИ О ЧЕМПИОНАТЕ МИРА ПО ФУТБОЛУ FIFA 2018 (на примере Волгограда и Нижневартовска)	113
Дулина Н.В., Наумов И.Н. РАЗВИТИЕ КУЛЬТУРНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА СРЕДИ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ КАК ОСНОВА ПОНИМАНИЯ МНОГООБРАЗИЯ КУЛЬТУР И ЦИВИЛИЗАЦИЙ В ИХ ВЗАИМОДЕЙСТВИИ.....	121
Егоров А.В. РАЗВИТИЕ МОТИВАЦИИ К ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ НОВОСИБИРСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА ЭКОНОМИКИ И УПРАВЛЕНИЯ	124
Елецкий С.Н. ТЕХНИЧЕСКИЕ ПРИЁМЫ В ТХЭКВОНДО И ОСОБЕННОСТИ ИХ ПРИМЕНЕНИЯ	126
Елецкий С.Н. ФИЗИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА ЮНЫХ ТХЭКВОНДИСТОВ.....	128
Елизарова А.В. ИНДИВИДУАЛИЗАЦИЯ ПРИМЕНЕНИЯ СРЕДСТВ СИЛОВОЙ ТРЕНИРОВКИ В РАБОТЕ С ЖЕНЩИНАМИ В УСЛОВИЯХ ФИТНЕС-ЦЕНТРА	132
Жалбэ М.Г. ПУТИ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ ВУЗА НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ.....	134
Жалбэ В.Г., Жалбэ М.Г. АНАЛИЗ И СРАВНЕНИЕ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ЮНЫХ МИНИ- ФУТБОЛИСТОВ И ДЕТЕЙ, НЕ ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТОМ	137