



DOI 10.36074/knuia2020.13

ВИКОРИСТАННЯ ТЕХНІЧНИХ ЗАСОБІВ НАВЧАННЯ ЄДИНОБОРЦЯМИ В УМОВАХ САМОІЗОЛЯЦІЇ

ORCID ID: 0000-0002-2475-7572

Ярещенко Олег Артурович

доцент кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
Харківський національний університет внутрішніх справ

Кравченко Анастасія Юріївна

курсант факультету №1 (Ф1-304)
Харківський національний університет внутрішніх справ

Цепух Вікторія Сергіївна

курсант факультету №1 (Ф1-407)
Харківський національний університет внутрішніх справ

УКРАЇНА

Глобальним викликом для системи фізичного виховання здобувачів вищої освіти стала коронавірусна пандемія. Хвороба вийшла за межі однієї країни та набула світових масштабів, захопивши всі країни. Крім цього, ситуація у якій опинилися міжнародні спортивні організації та федерації з олімпійських і не олімпійських видів спорту, а також висококваліфіковані атлети, поставила перед тренерами завдання у найкоротші терміни перевести усіх спортсменів на дистанційну систему тренування. Слід зауважити, що повноцінно займатися самоосвітою та тренуваннями у обраному виді спорту в зазначених обставинах не досить просто, але із урахуванням сучасних наукових розробок у напрямі використання технічних засобів навчання та тренування – цілком ймовірно.

В результаті моніторингу науково-методичної та спеціальної літератури (Інтернет-ресурсів), нами встановлено, що питанням використання технічних засобів навчання в освітньому процесі здобувачів вищої освіти, а також висококваліфікованих спортсменів під час самоізоляції присвячені наукові праці: Височіної Н.Л., Хацаюка О.В., Лещені С.В., Головачьова В.М., Саркесова М.Б., Сергеева І.А., Шутова А.М., Щербакова О.В., Яблонського А.М., та інших провідних учених і практиків зазначеного напрямку дослідження.



Не дивлячись на значну кількість робіт обраного нами напрямку наукових розвідок [1-4], питанням використання сучасних технічних засобів навчання (СТЗН) спортсменами-єдиноборцями, здобувачами вищої освіти системи МВС України для підтримання на належному рівні технічної майстерності у обраному виді спорту в умовах самоізоляції нами не виявлено, що підкреслює актуальність дослідження.

Мета дослідження – визначити вплив використання СТЗН на підтримання оптимальної спортивної форми спортсменами-єдиноборцями у обраному виді спорту в умовах самоізоляції (на прикладі здобувачів вищої освіти Харківського національного університету внутрішніх справ, які займаються в секції спеціальної акробатики та ножового бою).

У якості одного із шляхів вирішення окресленої проблематики, в системі дистанційної освіти та підтримання оптимальної спортивної форми курсантами Харківського національного університету внутрішніх справ (ХНУВС), членів збірної команди зі спеціальної акробатики та ножового бою в умовах самоізоляції може використовуватися відеокomp'ютерна програма експрес-аналізу техніки єдиноборств «Katsumoto» [5] (надалі ВКС «Katsumoto»).

ВКС «Katsumoto» дозволяє ефективно проводити порівняльний аналіз технічних дій досліджуваного єдиноборства, на основі бази даних еталонної техніки. Крім цього, зазначена прикладна програма визначає швидкість виконання технічних дій єдиноборства, прискорення, рух загального центру маси, окремих біоланок людини, радіус виконання технічних дій. Завдяки програмному функціоналу ВКС «Katsumoto» можливим є для спортсмена-єдиноборця в умовах самоізоляції на наступній серії виконання імітаційних прийомів та технічних дій проводити корекцію технічних дій, що є актуальним для її практичного застосування в умовах самоізоляції.

З метою визначення ефективності запропонованого нами технічного засобу навчання спрямованого на підтримання оптимальної спортивної форми спортсменами зазначеного вище прикладного виду спорту в умовах самоізоляції, було проведено педагогічний експеримент (березень – травень 2020 р.).

У педагогічному експерименті прийняли участь курсанти, члени збірної команди ХНУВС зі спеціальної акробатики та ножового бою (n=24 особи). Для визначення ефективності запропонованої нами педагогічної технології, було визначено експериментальну групу Ег (n=12 осіб) та контрольну групу Кг (n=12 осіб). Представники Кг під час індивідуальних тренувань в умовах самоізоляції з метою підтримання належного технічного рівня зазначеного прикладного єдиноборства використовували



розроблені нами плани індивідуального рухового удосконалення, які передбачали використання інтернет-ресурсів спеціального спрямування, а також методично-аналітичний підхід для його оцінювання. У свою чергу, досліджувані Ег під час тренувань в умовах самоізоляції додатково використовували ВКС «Katsumoto». Особливість застосування зазначеної педагогічної технології під час індивідуальних тренувань полягала у тому, що під час відпрацювання біомеханічних рухів спеціальної спрямованості проводилася відеозйомка із використанням відеокамери. Отримана інформація оброблялася ВКС «Katsumoto». Надалі в режимі реального часу видавалися графіки та розкадрування технічних дій, які відпрацьовуються. Надалі, у відповідності до графічного та візуального аналізу отриманих даних проводилася мобільна корекція біомеханічних рухів, що у свою чергу дозволило нам в режимі онлайн, із використанням мережі інтернет, вже на наступній серії відпрацювання рухових завдань вносити індивідуальні корективи у програму рухового удосконалення досліджуваних курсантів.

Запропонована нами експериментальна педагогічна модель використовувалася 4 рази на тиждень упродовж зазначеного вище періоду самоізоляції (час відпрацювання тренувального завдання 30-40 хв.), що у свою чергу призвело до створення кумулятивного ефекту, наслідком чого у представників Ег були помічені більш сталі показники збереження «еталонного рівня» технічної підготовленості в обраному виді єдиноборства на відміну від самбістів Кг і ці відмінності в основному достовірні (Ег $P < 0,05$).

Висновок. Таким чином, в результаті дослідження нами помічено позитивний вплив використання сучасних технічних засобів навчання спрямованих на підтримання оптимальної спортивної форми курсантами-єдиноборцями ХНУВС в умовах самоізоляції. Отже, мета роботи досягнута, а поставлені перед нами завдання – виконанні. Результати дослідження впроваджені у тренувальний процес здобувачів вищої освіти ХНУВС та Національної академії Національної гвардії України.

Список використаних джерел:

- [1] Никифорова, О. А. (2020). Реалізація дистанційного навчання в закладах освіти системи МВС. *Стратегічні напрямки розвитку науки: фактори впливу та взаємодії*, (1), 83-84.
- [2] Правдов, М. А., Шутов, А. Н., Правдов, Д. М. (2020). Готовность педагогов факультетов физической культуры к обучению студентов в условиях коронавирусной пандемии. *Физическое воспитание в условиях современного образовательного процесса*, (1), 132-138.
- [3] Чиханцева, О. А. (2020). Самоізоляція та якість життя особистості. *Розвиток обдарованої особистості в освітньому просторі: ціннісний вимір*, (10), 89-90.
- [4] Лещеня, С. В., Забродський, С. С., Хацаюк, О. В. (2020). Нові форми спортивно-масової роботи військовослужбовців НГУ та членів їх сімей в умовах пандемії. *Шляхи збереження*



працездатності військовослужбовців та працівників МВС України в Умовах всесвітньої пандемії, (1), 47-51.

- [5] Бизин, В. П., Миргород, Д. А., Хацаюк, А.В. *Технические средства обучения двигательным действиям.* Бронштейн, В. П. (ред.) *Современные разработки в сфере профессионального обучения (с. 36-42).* Берлин, Германия: Lambert.