

Семінар

1. Визначення змагальної діяльності та її структури

Спорт немислимий без змагань і змагань, які включені в саму його природу, внутрішньо властиві йому. На відміну від інших сфер діяльності людини, в яких також використовується змагання з метою зіставлення та виявлення кращих, спортивна діяльність повністю втрачає свій сенс і специфіку без свого головного складового елементу - змагання. Змагальна діяльність є головним системоутворюючим і інтегруючим фактором, найбільш істотно впливає на всі інші елементи спортивної діяльності.

Змагальна діяльність є багатоаспектним поняттям, який передбачає спеціальну сферу діяльності спортсмена, в рамках якої відповідно до властивими для різних видів спорту правилами, змістом рухових дій, способами ведення змагальної боротьби, здійснюється об'єктивне порівняння спортивно-достіженческіх можливостей спортсменів (команд), забезпечується їх максимальне прояв і максимально спеціалізованими засобами підвищується рівень підготовленості займаються (Л.П. Матвеев).

Разом з тим, в більш вузькому розумінні під терміном «змагальна діяльність» на думку Л.П. Матвеева є сенс мати на увазі сукупність дій спортсмена в процесі змагань, об'єднаних змагальною метою і об'єктивною логікою її реалізації. Тому їй, як і будь-якого виду довільної діяльності людини притаманні целеворезультативні відносини: мета - засоби - результат.

Метою є уявне передбачення бажаних результатів змагальної діяльності. Мета може бути пов'язана з демонстрацією певного результату, досягненням перемоги або заняттям певного місця, виходом в черговий тур змагань, крім того, в ній може реалізовуватися підготовча функція, або умовно-показова, або рекреативная, це може відбитися на окремих елементах змагальної діяльності. Засобом змагальної діяльності є прийоми і дії, характерні для кожного виду спорту, спрямовані на досягнення поставленої мети. Специфіка кожного виду спорту, а також необхідність демонстрації максимально можливих результатів, вимагає визначення необхідного рухового складу змагальної діяльності, виявлення біомеханічної і функціональної доцільності виконання певних комбінацій, провідних елементів і окремих дій від яких залежить спортивний результат.

Результат відображає кількісні підсумки конкретного виду змагальної діяльності і є її основним системоутворюючим фактором.

Зміст змагальних дій в різних видах спорту, як правило, істотно відрізняється друг від друга. До їх складу входять, підлеглі загальній логіці змагальні дії і комбінації, які в одних видах спорту є формалізованими, в інших - у вигляді відносно широко варіюються комплексів дій, обумовлених тактикою змагання. При цьому, за даними В.М. Заціорский, М.А. Рочки, В.Н. Платонова та інших авторів, різні параметри, що характеризують ті чи

інші компоненти одного конкретного виду змагальної діяльності з одного боку взаємообумовлені, з іншого боку часто слабо пов'язані між собою і вимагають суворо диференційованої оцінки їх вдосконалення. Лише визначивши раціональність, ефективність і освоєність окремих складових, можна об'єктивно оцінити сильні і слабкі ланки в структурі змагальної діяльності конкретного спортсмена, розробивши для нього модель змагальної діяльності та намітити шляхи її досягнення.

Доцільність і ефективність різних компонентів використовуваних засобів змагальної діяльності найбільш точно і просто можна оцінити на прикладі циклічних швидкісно-силових видів спорту. Наприклад, в структурі змагальної діяльності в бігу на короткі дистанції можна виділити як мінімум чотири основні компоненти: 1) швидкість реакції на стартовий сигнал, що визначається за часом від пострілу до першого рухів бігуна; 2) якість стартового розбігу; 3) рівень максимальної швидкості бігу; 4) здатність підтримати досить високу швидкість до фінішу. При цьому зміна швидкості бігу обумовлені зміною довжини і темпу бігових кроків. Кожен з цих показників істотно впливає на рівень спортивних досягнень в бігу і обумовлений реалізацією певних біомеханічески доцільних рухових дій, які суттєво відрізняються в бігу зі старту і по дистанції. Більш того, аналіз параметрів бігу кращих спринтерів світу свідчить про те, що вони мають значні індивідуальні відмінності в характеристиці названих складових, обумовлених особливостями морфо-функціонального розвитку та структурою фізичної підготовленості.

Аналогічним чином можна уявити структуру змагальної діяльності в інших видах спорту циклічного характеру - ковзанярському, лижному, веслування, плаванні, а також в видах спорту швидкісно-силового характеру - легкоатлетичних метаннях і стрибках, важкої атлетики та ін

Разом з тим, при характеристиці ефективності змагальної діяльності спортсмена необхідно враховувати, що в її структурі багато трудновиделяємих компонентів, пов'язаних з рівнем психічної підготовленості, техніко-тактичної майстерності, фізичної підготовленості і т.п., які знаходяться в тісному взаємозв'язку і взаємообумовлюють прояви один одного.

Багато елементів структури змагальної діяльності, особливо в єдиноборствах і ігрових видах спорту пов'язані зі сприйняттям переробкою інформації про дії партнерів і противника, одержуваної в ході змагальної боротьби, і її реалізацією при виконанні відповідних рухових дій. Причому для вирішення конкретного завдання, що стоїть перед спортсменом в кожній ситуації поєдинку, необхідна і корисна тільки частина інформації, яка може бути співвіднесена з інформаційною моделлю, виробленої спортсменом в тренувальному процесі, і його змагальним досвідом. Активне виділення і переробка необхідної інформації, її використання при корекції виробленої моделі, складають одну з найважливіших завдань змагальної діяльності.

На змагальну діяльність спортсменів істотний вплив можуть зробити умови зовнішнього середовища. До основних з них слід віднести:

- особливості місця проведення змагання (географічне положення, кліматичні умови); з цим пов'язана необхідність адаптації до нового часового поясу, незвичним температурі і вологості повітря, атмосферного тиску;

- стан і обладнання спортивних баз; цим часто буває обумовлена необхідність суттєвої корекції відпрацьованих: моделей техніко-тактичних дій, зміни характеру передзмагання розминки і відпочинку між окремими виступами і т. п. ;

- характер суддівства, який набуває особливого значення в спортивних іграх, єдиноборствах, складно-координаційних видах спорту, особливості поведінки суперників, уболівальників.

Уважне вивчення зазначених умов дозволяє краще підготуватися до головних змагань.

Все вищевикладене свідчить про те, що на ефективність структури змагальної діяльності спортсменів у відповідності з цільовими установками істотний вплив роблять: біомеханіческа доцільністю рухових дій; динаміка власного стану, поведінки противників і партнерів; сприйняття зовнішнього середовища і умов проведення змагань; аналіз одержуваної в ході змагань інформації в зіставленні з колишнім досвідом і метою змагань; вибір на цій основі уявного рішення; його втілення у відповідних рухових діях.