

НОСОВ СТАНИСЛАВ АНДРЕЕВИЧ

**ИНДИВИДУАЛИЗАЦИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО
СОПРОВОЖДЕНИЯ ЕДИНОБОРЦЕВ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ
СПЕЦИАЛИЗАЦИИ**

Специальность 5.8.5 – Теория и методика спорта

АВТОРЕФЕРАТ

Диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

Работа выполнена в Адыгейском государственном университете

Научный руководитель:

доктор педагогических наук, доцент
Элипханов Салман Байсултанович

Официальные оппоненты:

Еганов Александр Васильевич,
доктор педагогических наук, профессор,
профессор кафедры теории и
методики борьбы ФГБВОУ ВО
«Уральский государственный
университет физической культуры»
(г. Челябинск)

Тихонова Ирина Владимировна,
кандидат педагогических наук, доцент,
профессор кафедры теории и методики
гимнастики ФГБОУ ВО
«Кубанский государственный
университет физической культуры, спорта и
туризма» (г. Краснодар)

Ведущая организация:

Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего
образования «**Воронежская
государственная академия спорта**»
(г. Воронеж)

Защита диссертации состоится «27» июня 2025 года в 10.00 часов на заседании диссертационного совета 24.2.267.05, созданного на базе ФГБОУ ВО «Адыгейский государственный университет», по адресу: 385000, Республика Адыгея, г. Майкоп, ул. Первомайская, 208, Адыгейский государственный университет. С диссертацией можно ознакомиться в Научной библиотеке и на сайте ФГБОУ ВО «Адыгейский государственный университет»:

<https://www.adygnet.ru/nauka/aspirantura-doktorantura-dissertatsionnye-sovety/dissertation/6835/>

Автореферат разослан « ____ » _____ 2025 года.

**Ученый секретарь
диссертационного совета**

Заболотний Анатолий Геннадиевич

Введение

Актуальность исследования. В отечественной (С.Б. Петрыгин, 2011; Р.Л. Кричевский, 1980; А.Ю. Пухов, 2015; О.Н. Бедарева, 2021; А.Ф. Мифтахова, 2020) и зарубежной (Т. Вомпа, 2005; J. Elphinston, 2008; S.J. Fleck, 1986; V. Issurin, 2008; G. Ziv, 2013) литературе можно найти отдельные работы, посвященные вопросам индивидуализации образовательного процесса в спортивных школах и секциях, но в целом проблема остается малоизученной. Обеспечение индивидуализации требует совокупности знаний, в том числе требуется информация по следующим аспектам:

- выявление и идентификация индивидуальных потребностей по направлениям учета физического, психологического, технико-тактического и социального состояния с диагностикой и оценкой сильных и слабых сторон подготовленности и потенциала развития каждого спортсмена;

- определение путей создания индивидуальной тренировочной программы на основе выявленных потребностей спортсмена, уровня развития его способностей, достижения ее гибкости и адаптивности;

- определение направлений и содержания психологической поддержки спортсмена путем консультирования, тренингов по развитию уверенности, концентрации, мотивации и управлению стрессом, направленных на сохранение его интереса к занятиям единоборствами;

- использование и адаптация методического обеспечения процесса применения индивидуальных методик и тренировочных технологий, обеспечивающих эффективность развития индивидуальных свойств и качеств каждого спортсмена;

- направления и способы мониторинга и оценки эффективности применяемых методов, корректирование процесса на основе обратной связи со спортсменом и другими участниками воспитательного процесса.

Все это в полной мере относится к индивидуализации психолого-педагогического сопровождения единоборцев на этапе начальной специализации.

Потребность в необходимости качественной и эффективной подготовки единоборцев на этапе начальной специализации сдерживается недостаточностью научно-обоснованных методик, построенных с учетом различных факторов воздействия, отсутствием разработанных критериев оценки подготовки спортсменов и уровня их подготовленности (В.Н. Платонов, 2013; Б.Д. Гуров, 1980; А.Ф. Зекрин с соавторами, 2022). Это обстоятельство накладывается на резко возросшую популярность единоборств с повышением требований к подготовке и подготовленности спортсменов. На недостатки организационно-методического обеспечения подготовки единоборцев на начальном этапе специализации накладываются потребности учета их возраста, адаптационных и других индивидуальных возможностей организма спортсменов.

Последнее обстоятельство актуализирует проблему психолого-педагогического сопровождения единоборцев на начальном этапе специализации (А.А. Абдуллаев, 2023; В.В. Находкин, 2011; О.А. Сиротин, 1996), где формируются основы техники, тактики и физической подготовленности, психологической готовности к соревнованиям. Учитывая тот факт, что психолого-педагогическое сопровождение спортсменов представляет собой целостную систему профессиональной деятельности педагога, направленную на создание необходимых условий и нормального морально-психологического климата для успешной спортивной деятельности, проявления самостоятельности и самоактуализации (Н.А. Худалов, 2021), следует развивать необходимые личностные свойства и качества, обеспечивающие успех спортивной деятельности в конкретных поединках, на соревнованиях, достижение высоких и

стабильных результатов на конкретном этапе спортивной подготовки и готовности к успеху в процессе многолетних занятий (Я.К. Коблев, Ю.А. Шулика, 1988). Построение педагогического процесса на основе учета индивидуальных способностей и возможностей, опора на индивидуализацию воспитательного и тренировочного воздействия является одним из ключевых факторов спортивного успеха на любом этапе многолетнего цикла (Г.Я. Бардиер, 1993; И.Ю. Левченко, 2003; Т.Н. Колосова, М.Н. Туктагулова, 2015). Более того, ошибки в реализации задач технико-тактической и физической подготовки, допущенные на этапе сенситивного развития, в будущем будет трудно, а зачастую невозможно устранить (К.Д. Чермит, 1984, 1992). Известно, что определение индивидуальных потребностей и возможностей каждого единоборца является основой индивидуализации любого педагогического процесса, в том числе и психолого-педагогического сопровождения тренировочного процесса, направленного на мотивацию спортсменов к занятиям единоборством и достижению высоких результатов, на развитие физических и психологических особенностей каждого спортсмена. Учет различий в физической, технической, психологической и морально-волевой подготовленности позволяет разработать индивидуальные программы тренировок, при этом эти программы должны обновляться для каждой тренирующейся группы.

Таким образом, индивидуализация психолого-педагогического сопровождения является необходимым условием успешного развития единоборцев на этапе начальной специализации, ее осуществление обеспечивается как принцип, то есть обеспечение индивидуализации педагогического процесса всегда актуально в силу ее значительной изменчивости.

Степень разработанности проблемы. Многолетний этап подготовки единоборцев раскрывали как отечественные (Л.П. Матвеев, 1977; В.Н. Платонов, 1986; Г.С. Туманян, 1998; Я.К. Коблев, 1982; Ю.А. Шахмурадов, 1999; В.К. Райков, О.А. Фатеева, Г.В. Фатеев, 2023; А.Д. Суханов, 2003; Н.Н. Могилинец, 2011; А.В. Еганов, 2021; К.Д. Чермит, 1979; С.М. Ашкинази, 2006; С.Б. Элипханов, 2007, 2020, и др.), так и зарубежные (К. Rogers, 1972; В. Mirzaei, 2013; R. Nikooie, 2015; А.А. Шомуратов, 2017, и др.) ученые, работающие в области педагогики спорта, психологии и физиологии спортивной тренировки, биомеханики, физиологии двигательной активности и других смежных наук.

Отечественные ученые использовали различные методики исследования, включая анализ биомеханических параметров движений (К.Д. Чермит, 2004; В.И. Жуков, 2019), измерение физиологических показателей (например, пульс, кислородное потребление, мозговая активность), проведение психологических тестов, а также анализ питания и режима отдыха спортсменов.

Заслуживают внимания научные труды, посвященные теме спортивной начальной подготовки единоборцев, в которых изучалось развитие ударной техники (Я.А. Абрамов, М.А. Ефременко, В.А. Тихомиров, 2021); способы восстановления сил единоборцев (Н.В. Анкудинов, Ю.М. Арканов, С.Н. Смирнов, 2022), основные направления и методики развития выносливости (М.А. Горобец, 2020; С.А. Носов, А.Е. Насонов, С.Н. Баркалов, Ю.В. Иващенко, А.Н. Кандабар, 2022); особенности изучения ударных и борцовских навыков в единоборствах (Д.Н. Мордвинцев 2021) и другие.

Ученые (Н.Х. Хакунов, 2006; А.А. Горелов, 2019; М.С. Gaiga, 1995; S. Ghorbani, 2015; R.A. Robergs, 2015; А.Г. Заболотный, 2005; С.П. Рябинин, А.П. Шумилин, 2007, и др.) занимались разработкой прогрессивных методик тренировки, которые позволяли повышать спортивные показатели единоборцев в течение всего многолетнего этапа подготовки.

В научной литературе отмечается, что способы определения направлений индивидуализации должны вытекать из результатов анализа потребностей и возможности индивида, из отбора эффективных методов и технологий (В.П. Губа, 2009; В.Н. Платонов, 2005; В.В. Большаков, 2022; П.И. Тюпа, 2020; А.Р. Мовсисян, 2021). Усилиями этих и других ученых разработаны тренировочные программы и медицинские рекомендации, которые учитывают индивидуальные особенности спортсменов.

Способы определения индивидуализации зависят от конкретной области деятельности и могут включать в себя анализ потребностей, возможностей индивида, методы индивидуализации психолого-педагогического сопровождения единоборцев на начальном этапе специализации.

Объектом исследования является учебно-тренировочный процесс подготовки подростков в единоборствах на этапе начальной специализации.

Предмет исследования – методика построения процесса психолого-педагогического сопровождения единоборцев на этапе начальной специализации на основании учета индивидуальных особенностей спортсменов.

Цель работы: теоретически обосновать и экспериментально апробировать методику индивидуализации психолого-педагогического сопровождения единоборцев на этапе начальной специализации.

Гипотеза исследования заключается в том, что психолого-педагогическое сопровождение единоборцев на этапе начальной специализации будет эффективно, если:

- обеспечивается мониторинг индивидуального физического, технико-тактического и психологического состояний единоборцев и учет этих состояний в процессе построения их на этапе начальной специализации;
- педагогическими способами индивидуализации психолого-педагогического сопровождения единоборцев являются совместное обсуждение целей и деталей участниками тренировочного процесса; акцент на достоинствах и сильных сторонах личности спортсмена; применение тактики сотрудничества и партнерских отношений между участниками тренировочного процесса; приобретение собственного опыта, его рефлексия и использование;
- психолого-педагогическое сопровождение спортивной тренировки представляет собой вид профессиональной деятельности тренера, обеспечивающий эффективное взаимодействие со спортсменами единоборцами на этапе начальной специализации и направленный на формирование мотивации, обеспечение понимания и принятия ценностей занятий спортивными единоборствами, достижение уровня общей и специальной физической подготовленности, характерного для единоборцев, формирование базовых основ индивидуальной технико- тактической подготовленности;
- методика психолого-педагогического сопровождения процесса спортивной подготовки подростков в единоборствах на этапе начальной специализации обеспечивает нивелирование и снижение проявляющихся проблем путем обучения технико-тактическим приемам и учета индивидуальных особенностей спортсменов при построении учебно-воспитательного процесса, реализует цель, связанную с созданием условий для развития способностей единоборцев, которые смогут обеспечить спортивные достижения на каждом из уровней специализации.

Задачи исследования:

1. Выявить совокупность факторов, определяющих направления и содержание индивидуализации психолого-педагогического сопровождения единоборцев на этапе начальной специализации.

2. Обосновать методику индивидуализации психолого-педагогического сопровождения единоборцев на этапе начальной специализации.

3. Определить критерии и показатели оценки эффективности методики индивидуализации психолого-педагогического сопровождения единоборцев на этапе начальной специализации.

4. Экспериментально обосновать эффективность методики индивидуализации психолого-педагогического сопровождения единоборцев на этапе начальной специализации.

Методологическую основу исследования составляют системно оформленные педагогические, философские, психологические, биомеханические представления о сущности и ведущей роли деятельности в становлении форм и функций человека как личности; о всеобщей связи явлений окружающего мира, его материальности, системности существования и функционирования, о субъективности человека в процессе его духовного, физического и культурного развития.

Теоретическую основу исследования составляют: современная концепция профессиональной подготовки (О.А. Абдулина, 1993; А.Я. Савельев, 1994; В.Д. Шадриков, 1996; В.И. Байденко, 1998; С.Д. Неверкович, 2004 и др.), профессиональной подготовки сотрудников МВД (Ю.Ф. Подлипняк, 1995; Г.И. Уразаева, 2014; И.П. Долгих, 2015; В.А. Овчинников, 2010 др.), комплекс идей о функциях, закономерностях организации и составе средств профессионально-прикладной физической подготовки (М.И. Виноградов, 1958; С.А. Косилов, 1965; В.В. Белинович, 1967; В.И. Жолдак, 1971; В.И. Ильинич, 1983; С.А. Полиевский, 1988; Р.В. Еремин, 2014 и др.), комплекс научных идей о закономерностях, принципах, функциях и особенностях построения военно-прикладной физической подготовки работников МВД (В.В. Яншин, 1989; А.В. Гадалов, 2000; В.И. Косяченко, 2000; В.Г. Колухов, 2006; А.А. Горелов, А.И. Крылов, В.В. Соколов, 2007; В.А. Овчинников, 2009; А.Г. Попов, 2009; Ю.В. Муханов, 2011; С.Н. Баркалов, И.В. Герасимов, 2014; Е.Е. Витютнев, 2016 и др.), в том числе в области построения системы подготовки в единоборствах (В.В. Ноздрачев, 2000; В.А. Овчинников, 2009; Е.И. Троян, 2013; А.Н. Валиев, 2014; Б.Г. Карачев, М.Ю. Нохрин, 2017 и др.), научные идеи теории формирования личностной физической культуры (Н.Н. Визитей, 1989; В.К. Бальсевич, 1991; Л.И. Лубышева, 1992; Н.Х. Хакунов, 1995; М.Я. Виленский, 2000 и др.) и профессионально-прикладной физической культуры (С.Д. Шамрай, 2000; К.Д. Чермит, 2005; А.Ю. Буздов, 2008; В.А. Овчинников, 2009 и др.), идея гендерного дифференцирования воздействия в системе спорта и физического воспитания (Л.П. Матвеев, 1991; И.Г. Манолаки, 1993; Ю.Ф. Курамшин, 1999; В.В. Извеков, 2001; С.Б. Элипханов, 2013 и др.) и в процессе профессионально-прикладной физической подготовки (Г.Г. Сагонян, 1979; В.С. Макеева, С.Н. Баркалов с соавт., 2010; М.В. Гусева, 2017; Д.В. Осипов, В.С. Макеева, А.В. Алдошин, Е.А. Алдошина, 2019 и др.), идеи организации и методики построения процесса обучения приемам единоборств курсантов (С.М. Ашкинази, 2001; В.М. Миленин, 2002; Е.И. Троян, 2006; В.А. Овчинников, 2009; А.Ю. Осипов, В.М. Гуралев, А.А. Евтушенко, 2017 и др.) и девушек-курсантов (В.С. Макеева, С.Н. Баркалов, В.И. Степанюк, 2006; 2016; О.С. Панова, В.М. Поздняк, 2019) образовательных организаций МВД, теория и методика подготовки спортсменов в видах единоборств (Г.А. Бурцев с соавт. 1992; Ю.А. Шулика, 1993; Г.С. Туманян, 2001; В.А. Спиридонов, 2005; Я.К. Коблев, Ю.А. Шулика, 2006 с соавт. и др.).

Научная новизна исследования заключается в том, что разработанная в нем совокупность теоретических положений и выводов содержит обоснование путей решения проблемы построения процесса психолого-педагогического сопровождения

единоборцев на этапе начальной специализации на основании учета индивидуальных особенностей спортсменов.

Существенным элементом научной новизны являются следующие полученные результаты.

1. Знания о необходимости психолого-педагогического сопровождения спортивной тренировки единоборцев на этапе начальной специализации.

2. Выявленные основные составляющие процесса психолого-педагогического сопровождения спортивной тренировки единоборцев, включающего в себя формирование мотивации, обеспечение понимания и принятия ценностей занятий спортом, в том числе и ценностей занятий спортивными единоборствами; достижение уровня общей и специальной физической подготовленности, характерного для единоборцев на этапе начальной специализации; формирование базовых основ индивидуальной технико-тактической подготовленности.

3. Выделенная совокупность факторов, влияющих на формирование и проявление индивидуальных способностей, включающая в себя группы: внешнесредовых (внетренировочных) условий, характеризующих общие воздействия социума и окружающей среды; внутритренировочные условия, связанные с целесообразным построением процесса подготовки спортсменов; индивидуальные особенности физической, технической, морально-волевой подготовленности спортсменов на этапе многолетней подготовки.

4. Обоснованные основные направления индивидуализации в процессе психолого-педагогического сопровождения единоборцев на этапе начальной специализации, к которым относятся: поиск необходимых знаний об индивидуальных особенностях физической, технической, тактической, психологической и других видов подготовленности спортсменов на конкретном этапе многолетней подготовки; определение способов опоры в процессе психолого-педагогического сопровождения единоборцев на развитие индивидуальных способностей спортсменов; создание воспитательных условий, стимулирующих проявление задатков и потенциала каждого спортсмена, которые помогают полноценному формированию спортсмена как личности; выделение способов и приемов опоры на индивидуальные способности спортсменов и их использование в процессе психолого-педагогического сопровождения единоборцев; обеспечение индивидуального подхода к спортсменам в воспитательном процессе и раскрытие неповторимости личности; мониторинг развития индивидуальных способностей спортсменов и формирования их как личностей, коррекция педагогического процесса.

5. Уточнённое содержание процесса психолого-педагогического сопровождения единоборцев на этапе начальной специализации, включающее в себя содержание обучения (формирование знаний, навыков выполнения двигательных действий, формирование объема техники, достижение уровня технико-тактической подготовленности и др.); содержание процесса развития физических качеств (общей физической подготовки, специальной физической подготовки, развития доминирующих для достижения успехов в конкретном виде спорта двигательных качеств, формирование особенностей проявления этих качеств в комплексе в соревновательных условиях); содержание воспитания, определяющееся на основе тех нравственных и психологических свойств личности, которые доминируют на конкретных этапах многолетнего цикла тренировки и обеспечивают впоследствии достижение высокого спортивного результата.

6. Обоснованные критерии оценки качества педагогического сопровождения подростков-единоборцев на этапе начальной специализации, такие как: определение уровня проявления мотивов к занятиям спортивными единоборствами; наличие устойчивого желания совершенствовать мастерство и достигать высоких спортивных результатов в спортивных единоборствах; достижение уровня базовой технико-тактической подготовленности единоборцев, соответствующего требованиям программы начальной специализации.

7. Разработанный способ оценки результатов соревновательной деятельности единоборцев, при котором классифицированы, выделены и определены способы получения и сопоставления количественных показателей технико-тактической подготовленности, определяющих ход соревновательного поединка единоборцев (активность; количество оцененных действий в ходе поединка; комбинационная активность, комбинационная эффективность, сумма полученных баллов; объем технических действий), и расчетных качественных показателей, определяющих уровень технико-тактической подготовленности единоборцев (эффективность технико-тактической подготовленности, результативность технико-тактической подготовленности, эффективность комбинационной технико-тактической подготовленности, коэффициент совмещения).

8. Обоснованная эффективная методика индивидуализации психолого-педагогического сопровождения единоборцев на этапе начальной специализации, обеспечивающая нивелирование и снижение проявляющихся проблем путем индивидуализации психолого-педагогического процесса обучения технико-тактическим приемам и учета индивидуальных особенностей спортсменов при построении учебно-воспитательного процесса, которая строится в форме трехблочной структурной организации, включающей в себя ценностно-мотивационный, тактико-целевой, морально-психологический блоки.

Теоретическая значимость состоит в том, что:

- теория и методика спорта дополняется знаниями, позволяющими применять идеи индивидуального подхода к определению содержания и смыслового значения тренировочного процесса, к формированию собственной рефлексии, обеспечения самостоятельности в применении средств спорта в целях самовоспитания;

- теория и методика спортивной тренировки дополнена фактами и знаниями, подтверждающими принцип первичности соревнований на начальном этапе многолетнего цикла подготовки спортсменов, обеспечивающими его методологическую, методическую и организационную значимость, обоснованность подходов к реализации этого принципа;

- теория и методика единоборств дополняется идеей индивидуально направленного психолого-педагогического сопровождения процесса спортивной подготовки подростков на этапе начальной подготовки и обоснованием способов оценки соревновательной деятельности единоборцев и способов оценки технико-тактической подготовленности спортсменов;

- спортивная дидактика дополняется подходами, обеспечивающими комплексное использование принципа индивидуализации при нивелировании проблем в обучении технико-тактическим приемам, при развитии способностей единоборцев, которые смогут обеспечить спортивные достижения на каждом из уровней специализации;

- спортивная дидактика дополнена обобщенными знаниями о психолого-педагогическом сопровождении тренировочного процесса единоборцев на этапе начальной специализации.

Практическая значимость работы определяется тем, что:

- содержащиеся в ней теоретические положения и выводы создают предпосылки для научного обеспечения индивидуализации психолого-педагогического сопровождения единоборцев на этапе начальной специализации и создания системы мониторинга индивидуальной подготовленности юных единоборцев, создания у них потенциала для достижения высоких спортивных результатов;

- выявленный состав средств подготовки, учета индивидуальных особенностей единоборцев и методических особенностей их применения позволяют уточнить цель, содержание, методы и методические приемы, то есть создать методику индивидуализации психолого-педагогического сопровождения единоборцев и обеспечить повышение качества их подготовленности на начальном этапе специализации;

- предлагаемый подход к индивидуализации психолого-педагогического сопровождения единоборцев может быть экстраполирован на другие виды спорта и другие возрастные и половые группы;

- теоретический и фактологический материалы диссертации могут быть использованы при создании учебных курсов, учебников, учебно-методических пособий, научно-методических рекомендаций по основам теории спортивной тренировки.

Положения, выносимые на защиту.

1. Основными составляющими процесса психолого-педагогического сопровождения спортивной тренировки единоборцев (определяются внешнесредовыми и внутритренировочными условиями и индивидуальными особенностями подготовленности спортсменов) являются: формирование мотивации спортсменов, обеспечение понимания и принятия ими ценностей занятий спортивными единоборствами; достижение уровня общей и специальной физической подготовленности, характерного для единоборцев на этапе начальной специализации; формирование базовых основ индивидуальной технико-тактической подготовленности. Составляющие процесса и условий психолого-педагогического сопровождения спортивной тренировки единоборцев определяют содержание процесса, включающего в себя содержание обучения, содержание процесса развития физических качеств и содержание воспитания.

Основными направлениями индивидуализации психолого-педагогического сопровождения единоборцев на этапе начальной специализации являются: поиск необходимых знаний об индивидуальных особенностях подготовленности спортсменов на конкретном этапе многолетней подготовки; определение способов опоры на развитие индивидуальных способностей спортсменов; создание воспитательных условий, стимулирующих проявление задатков и потенциала каждого спортсмена; выделение способов и приемов опоры на индивидуальные способности спортсменов-единоборцев; обеспечение индивидуального подхода к спортсменам в воспитательном процессе и раскрытие неповторимости личности; мониторинг развития индивидуальных способностей спортсменов и формирования их как личностей, коррекция педагогического процесса.

2. Критериями оценки качества педагогического сопровождения подростков-единоборцев на этапе начальной специализации являются уровень проявления мотивов к занятиям спортивными единоборствами; наличие устойчивого желания

совершенствовать мастерство и достигать спортивных результатов в спортивных единоборствах; достижение уровня базовой технико-тактической подготовленности единоборцев, соответствующего требованиям программы начальной специализации.

3. Показателями оценки результативности соревновательной деятельности единоборцев являются количественные показатели, определяющие ход соревновательного поединка единоборцев, и расчетные качественные показатели, определяющие уровень технико-тактической подготовленности единоборцев.

4. Методика психолого-педагогического сопровождения процесса спортивной подготовки подростков в единоборствах на этапе начальной специализации путем индивидуализации процесса обучения технико-тактическим приемам и учета индивидуальных особенностей спортсменов при построении учебно-воспитательного процесса, которая реализует условия для развития способностей единоборцев, обеспечивает сопровождение спортсменов на личностном, интеллектуальном, физическом, тактико-техническом, эмоциональном и социальном уровнях, является эффективной.

Апробация и внедрение результатов исследования. Основные положения диссертационной работы апробированы на конференциях международного и всероссийского уровня, которые проходили в городах Орел, Москва, Воронеж, Волгоград, Белгород, а также изложены в пятнадцати публикациях в рецензируемых научных изданиях, шесть из которых опубликованы в журналах, входящих в Перечень рецензируемых журналов, рекомендованный Высшей аттестационной комиссией.

Полученные результаты работы в ходе предварительного тестирования показали высокую эффективность и внедрены в тренировочный процесс МБУ СШ № 26 города Воронеж, КРОО «Чемпион» города Курска, МБУ СШ города Ливны, Орловской областной федерации рукопашного боя, РСОО «Федерация восточного боевого единоборства Воронежской области», Тульского государственного педагогического университета имени Л.Н. Толстого.

Структура и объем работы. Работа состоит из введения, трёх глав, одиннадцати параграфов, заключения, выводов, практических рекомендаций, списка литературы и приложений. Всего в работе 246 страниц, 16 рисунков, 18 таблиц, шесть приложений. В списке литературы содержится 301 источник, из них 27 на иностранных языках.

Методы исследования:

- теоретический анализ и обобщение данных специальной литературы;
- педагогические наблюдения;
- тестирование уровня физической и технической подготовленности единоборцев на этапе начальной специализации;
- методы педагогического тестирования и опроса единоборцев;
- методы регистрации соревновательной деятельности (видеозапись, методы стенографирования);
- методики расчета обобщенных количественных и качественных показателей технико-тактической подготовленности участников соревновательных поединков;
- психодиагностическая методика А.В. Шаболтаса (1998) «Мотивы занятий спортом»;
- педагогические методы активизации самостоятельной деятельности единоборцев;
- метод моделирования методики психолого-педагогического сопровождения процесса спортивной подготовки подростков в единоборствах на этапе начальной специализации;

- опытно-экспериментальный метод, содержащий в себе констатирующий и формирующий этапы;
- методы математической статистики, количественный и качественный анализ результатов исследования.

Исследование проведено в Орловской области, Кромском районе, поселке городского типа Кромы на базе Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Кромской центр дополнительного образования», в период с 2019 по 2022 год в четыре этапа.

На первом, предварительном этапе (сентябрь – август 2019 года) проведен сбор исходной информации по теме, изучение информационных источников, определена тема исследования, сформулирована гипотеза, цель и задачи исследования, обеспечен выбор, апробация, конкретизация методов исследования.

На втором организационном этапе (январь 2020 – январь 2021 года) проведено предварительное педагогическое тестирование уровня физической и технико-тактической подготовленности, мотивированности и отношения к спорту и его конкретному виду, сформированы примерно взаимосоответствующие друг другу экспериментальная и контрольная группы, выявлены индивидуальные особенности подростков и на их основе составление схемы педагогической работы с подростками.

На третьем этапе реализации экспериментальной методики (январь 2021 – январь 2022 года) проводилось внедрение разработанной методики в работу с экспериментальной группой (n=28) и тренировочные занятия с контрольной (n=28) группой, занимавшейся единоборствами по общепринятой программе в МБУ ДО ОО «Кромской центр дополнительного образования». Занятия проводились с подростками в возрасте от 10 до 13 лет.

На четвертом, завершающем этапе (январь 2022 – декабрь 2023 года) обобщены полученные эмпирические материалы, проанализированы, обобщены и опубликованы результаты проведенных исследований, сформулированы выводы, разработаны практические рекомендации, обоснованы критериальные показатели научной новизны, теоретической и практической значимости полученных знаний, обоснованы выводы и рекомендации по работе, ставшие основой положений, выносимых на защиту.

При оценке эффективности выполнения технико-тактических действий было зарегистрировано 1321 оцененное действие, реализованное во время соревновательных поединков, 927 (70,1%) из них – действия ударной и борцовской техники (в положении стоя и партере).

На начальном этапе было зафиксировано 895 схваток. Из них были отобраны лишь схватки, в которых встречались единоборцы из числа экспериментальной и контрольной групп. При подсчете показателей выбраковывались данные спортсменов, менее 10 поединков которых было зафиксировано, тем самым обеспечивалась объективность результатов в процессе подсчета средних. В результате удалось получить фактический материал, основанный на анализе 398 поединков.

С помощью анализа видеозаписей поединков подростков-спортсменов в экспериментальной (215 соревновательных поединков) и контрольной (183 соревновательных поединка) группах, участвующих в спортивных соревнованиях, и стенографирования тренировочных поединков выявлялись частота применения различных техник; частота проявления и способы достижения победы; количественные показатели, определяющие ход соревновательного поединка единоборцев; качественные показатели, определяющие уровень технико-тактической подготовленности единоборцев.

Основное содержание работы

В первой главе диссертации был проведен обзор научной литературы по проблеме диссертационного исследования. Рассмотрены циклы многолетней спортивной подготовки и особенности построения этапа начальной специализации спортсменов в единоборствах, общие закономерности становления спортивной подготовленности, развития эмоциональной сферы подростков, целеполагание, его мотивация, особенности индивидуализации психолого-педагогического сопровождения процесса спортивной подготовки подростков в единоборствах.

Разработана модель психолого-педагогического сопровождения единоборцев, которая включает в себя три блока:

- Ценностно-мотивационный блок;
- Тактико-целевой блок;
- Морально-психологический блок.

Во второй главе подробно описаны методы и организация исследования.

В третьей главе. Специфика подросткового возраста, а также характерные особенности занятий единоборствами на начальном этапе обуславливают необходимость психолого-педагогического сопровождения процесса спортивной подготовки. При этом следует выявить совокупность факторов, позволяющих охватить совокупность индивидуальных способностей, учет которых помогает обеспечить полноценный процесс индивидуализации и, как следствие, – рост спортивного мастерства занимающихся. Под термином «фактор» понимается причинность или движущая сила процесса проявления индивидуальных способностей спортсменов, обеспечивающих максимальную реализацию способностей в спортивный результат.

Все факторы, влияющие на формирование и проявление индивидуальных способностей, можно условно разделить на три группы.

1. Внешнесредовые (внетренировочные) условия, характеризующие общие воздействия социума и окружающей среды.

2. Внутритренировочные условия, связанные с целесообразным построением процесса подготовки спортсменов, определяемые видом выбранной спортивной деятельности, этапом многолетнего цикла спортивной подготовки (цели, задачи, средства), применяемой методикой подготовки и т.п.

3. Индивидуальные особенности физической, технической, морально-волевой подготовленности спортсменов и сопоставительные характеристики развития их способностей на определенном этапе многолетней подготовки.

Детальному анализу первая группа условий не подвергается по двум причинам. С одной стороны, воздействие внешних условий и их наличие стандартизируются общегосударственными документами (Федеральный Закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», федеральные образовательные стандарты и дополнительные образовательные программы спортивной подготовки и т.д.). Степень реализации стандартов и законов проверяется с цикличностью, установленной законами.

С другой стороны, ответ на стандартизированное воздействие индивидуализируется не из-за различий воздействия, а из-за различий ответной реакции организма занимающихся, то есть из-за различий спортсменов, проявляемых при реализации третьей группы условий.

На основании изучения литературных данных, интернет-опроса специалистов в области тренировки единоборцев (n=106 чел.) было выявлено доминирование на этапе начальной специализации направлений подготовки, связанных с формированием

мотивационной поддержки занимающихся, развитием у них соответствующих ценностей и морально-психологических установок, а также достижением высокого уровня общей физической и базовой технической подготовленности спортсменов.

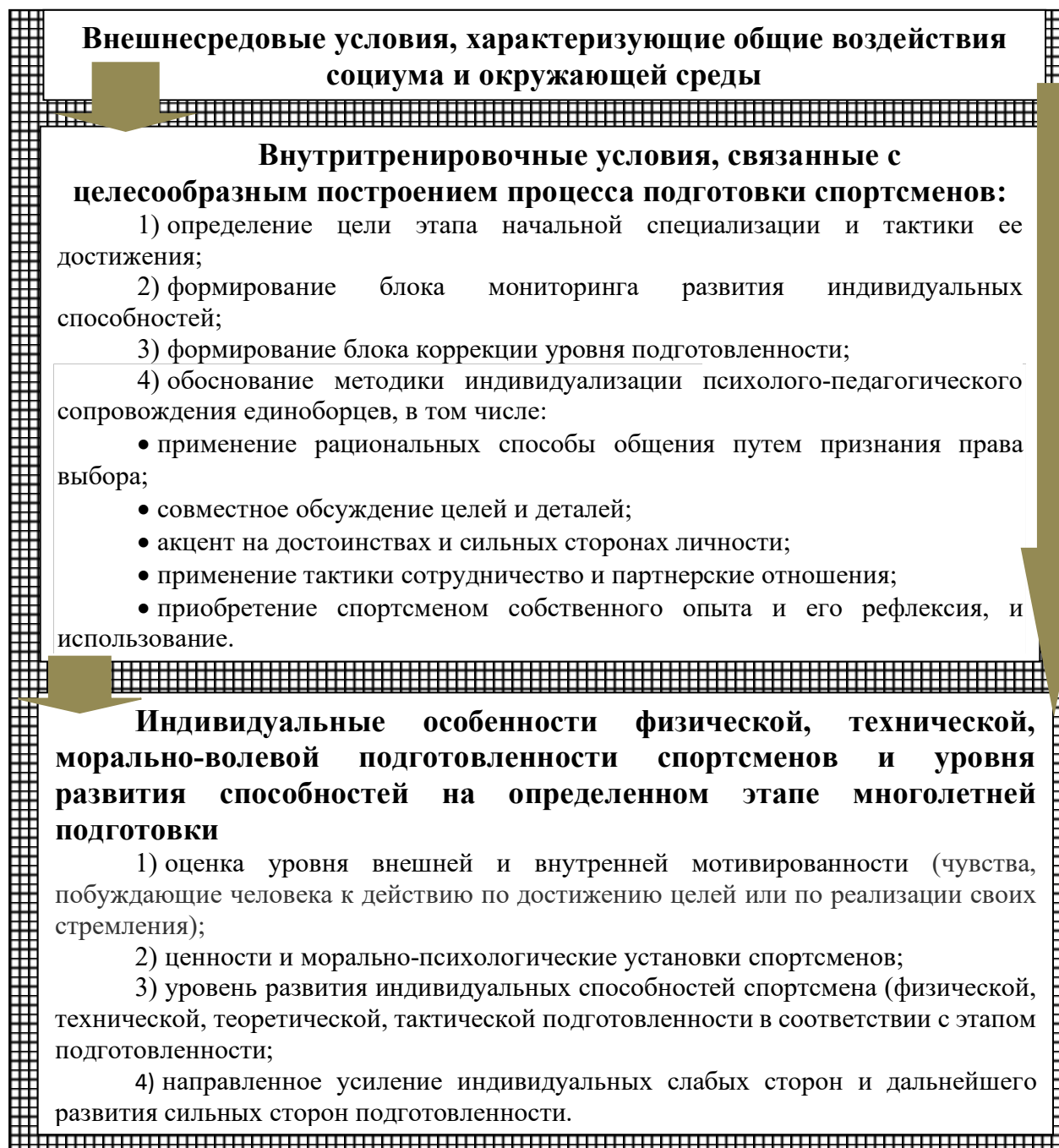


Рисунок 1 – Факторы, влияющие на формирование индивидуальных способностей, и направления психолого-педагогического сопровождения процесса спортивной подготовки единоборцев на этапе начальной специализации

Эти выводы легли в основу выявления проблем по определению факторов, учет которых необходим при выборе направлений психолого-педагогического сопровождения единоборцев на этапе начальной специализации.

Взаимодействие факторов, влияющих на формирование способностей спортсменов, позволяет уточнить основные направления психолого-педагогического сопровождения единоборцев на этапе начальной специализации.

При этом максимальное раскрытие потенциальных возможностей целесообразным образом возможно только при знаниях педагогом индивидуальных особенностей спортсменов, опоры на них в педагогической деятельности, в создании воспитательных условий, которые стимулируют проявление задатков и потенциала каждого спортсмена, помогают полноценному формированию его как личности (рисунок 2).

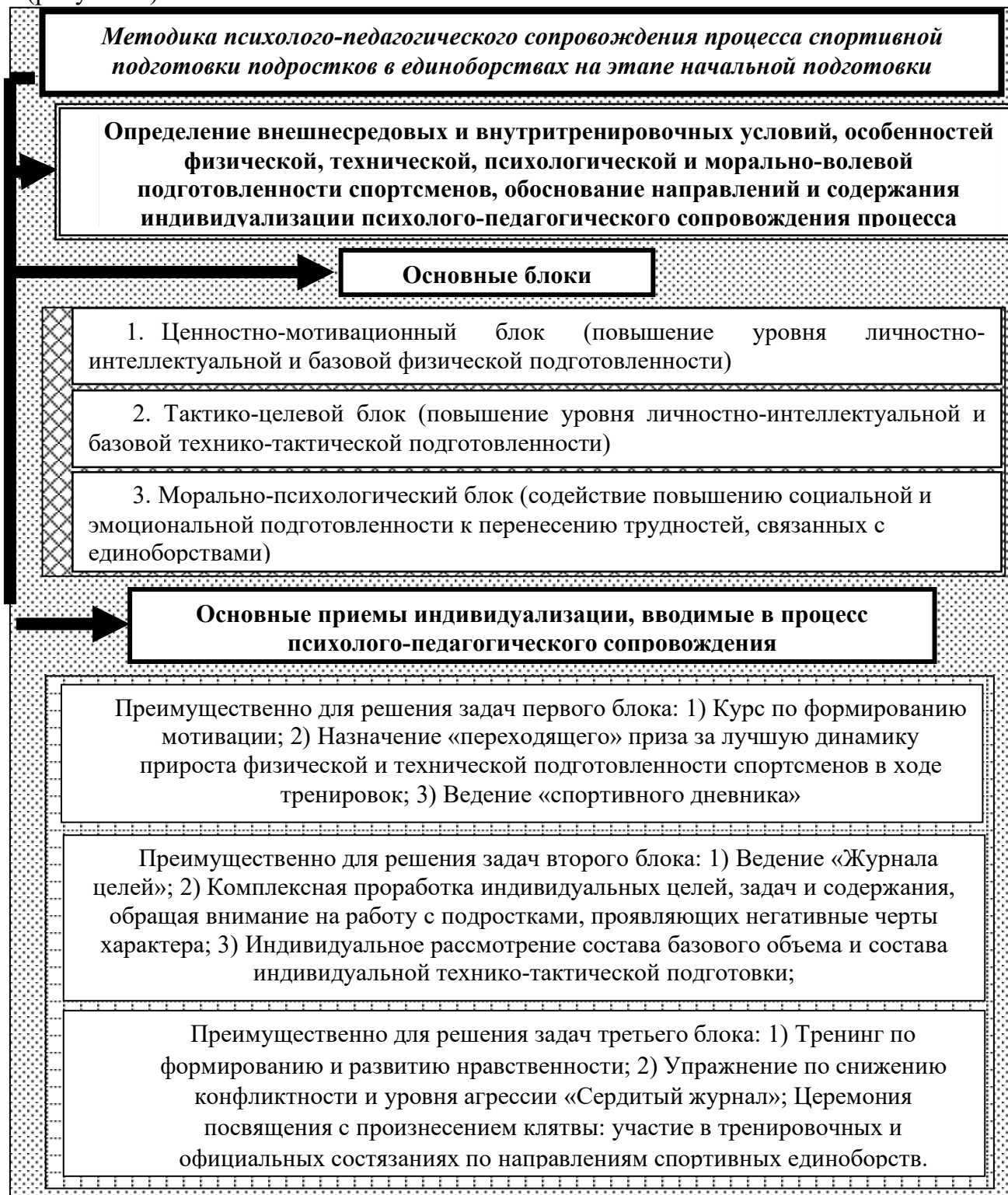


Рисунок 2 – Структура и некоторые особенности методики индивидуализации психолого-педагогического сопровождения единоборцев на начальном этапе

Эти позиции и определяют основные направления индивидуализации психолого-педагогического сопровождения единоборцев на этапе начальной специализации, смыслом и сутью которого является реализация общепедагогического принципа индивидуализации, который требует определить:

1. необходимые знания об индивидуальных особенностях физической, технической, тактической, психологической и других видов подготовленности спортсменов. При этом изучаемый этап многолетней подготовки требует направленного формирования базовой физической, мотивационной и технической подготовленности;
2. способы опоры в процессе психолого-педагогического сопровождения единоборцев на определение и развитие индивидуальных способностей спортсменов;
3. создание воспитательных условий, стимулирующих проявление задатков и потенциала каждого спортсмена, таких условий, которые помогают полноценному формированию спортсмена как личности;
4. выделение способов и приемов опоры на индивидуальных способностях спортсменов и их использование в процессе психолого-педагогического сопровождения единоборцев;
5. обеспечение индивидуального подхода к спортсменам в воспитательном процессе и раскрытие неповторимости личности;
6. мониторинг развития индивидуальных способностей спортсменов и формирования их как личностей, коррекция педагогического процесса.

Эти позиции и определяют основные направления индивидуализации в процессе психолого-педагогического сопровождения единоборцев на этапе начальной специализации.

Реализация любого педагогического принципа, в том числе и принципа индивидуализации, обеспечивается за счет содержания педагогического процесса, которое в нашем случае представляет собой тот опыт предшествующих поколений, который передается спортсмену для достижения поставленной цели.

Методика представляет собой совокупность методов, приемов, форм организации деятельности обучающихся, направленных на решение конкретных задач. Определение понятия позволяет выделить некоторую совокупность структурных составляющих, без наличия которых методика не будет соответствовать требованиям системности и целостности. Методика должна содержать в себе элементы целеполагания, определенный состав средств психолого-педагогического сопровождения процесса индивидуализации единоборцев на этапе начальной специализации, последовательность и методические приемы применения средств; инструментарий оценки состояния спортсменов (критерии, показатели, задания, способы оценки), способы коррекции процесса индивидуализации единоборцев в процессе изменения задач и содержания занятий на этапе начальной специализации.

Из большого числа существующих вариантов, влияющих на содержание психолого-педагогического сопровождения индивидуализации образовательного процесса на этапе начальной специализации единоборцев нами были выбраны следующие:

- учет и следование за возрастным и спортивным естественным развитием респондентов на этапах онтогенеза;
- создание условий для самостоятельного творческого освоения тренирующимися системы отношений с окружающим миром, миром спорта и сверстников, самим собой;

- предоставление каждому спортсмену лично значимых жизненных выборов и возможностей их реализации;
- создание в рамках объективно данной спортсмену социально-педагогической среды условий для его максимального личностного развития, обучения, спортивного успеха.

Теоретическим основанием методики является модель организации психолого-педагогического сопровождения, включающая в себя три блока: ценностно-мотивационный, тактико-целевой, морально-психологический (рисунок 2).

Цель методики индивидуализации психолого-педагогического сопровождения – создать условия для целенаправленного и улучшенного развития способностей единоборцев, которые смогут обеспечить спортивные достижения и достижения в других видах социально значимой деятельности, помочь начинающему спортсмену применить свои навыки и умения на каждом уровне специализации. Такая цель обусловлена потребностью единоборцев в самореализации, в основе которой лежат уникальные возможности каждого отдельного человека, его навыки и умения, физические и моральные данные.

Выделены три блока, как взаимодействующая и единая направленная совокупность. Ценностно-мотивационный блок направлен на повышение уровня личностно-интеллектуальной и базовой физической подготовленности, реализует несколько направлений.

Тактико-целевой блок направлен на повышение уровня личностно-интеллектуальной и базовой технико-тактической подготовленности, применяется при этом ведение журнала целей, куда подростки записывают всё, к чему стремятся, и разбивают цели (как уже было проработано в первом блоке) на краткосрочные, среднесрочные, долгосрочные.

Морально-психологический блок позволяет обеспечить содействие повышению социальной и эмоциональной подготовленности к перенесению трудностей, связанных с единоборствами.

Трехлетний эксперимент был проведен на базе МБУ ДО ОО «Кромской центр дополнительного образования» в период с 2019 по 2022 год в четыре этапа (предварительный, констатирующий, формирующий, итоговый). Исходные состояния участников эксперимента по основным показателям, подвергающимся изменению, были уравнены, что доказано в предыдущем разделе диссертации.

В контрольной группе (n=28) тренировки были продолжены в соответствии со стандартной, принятой и реализуемой во всех спортивных секциях единоборств России программой. Экспериментальная группа занималась по такой же программе, но дополненной и построенной с учетом выделенных направлений индивидуализации психолого-педагогического сопровождения единоборцев и дополненной содержанием и воздействием, связанных с выявленными индивидуальными и групповыми особенностями спортсменов.

В экспериментальной группе изменения, которые произошли в процессе тренировочного процесса с компонентами мотивации на начальном и завершающем этапах эксперимента, сложнее и более значительны (таблица 1). Достоверные приросты на высоком уровне ($P < 0.001$) произошли с мотивом эмоционального удовольствия (ЭУ), характеризующего стремление респондентов к радости (исх. – 26,4% от максимума возможной оценки, до 97,8%, $\varphi^* = 3.75$), с социально-эмоциональным мотивом (СЭ), определяющего равнодушное отношение к занятиям спортом (исх. – 60,4% от максимума возможной оценки, до 90,70 %, $\varphi^* = 2,77$).

Таблица 1. Сопоставительная характеристика проявления компонентов мотивации на начальном и завершающем этапах эксперимента в экспериментальной группе и достоверность различий проявления компонентов мотивации

Этапы, достоверность различий между % проявления показателей	Показатели	Компоненты мотивации									
		ЭУ	СС	ФС	СЭ	СМ	ДУ	СП	РВ	ПД	ГП
Начальный этап (n=28)	Достижимая сумма по каждому мотиву 27	20,7	21,9	21,9	21,6	20,4	26,0	18,1	17,2	20,5	21,3
	% от достижимой Σ по каждому мотиву	76,7	81,1	81,1	80,0	75,5	92,3	67,0	63,7	75,9	78,9
Завершающий этап (n=28)	Достижимая сумма по каждому мотиву 27	26,4	26,1	25,4	24,5	19,9	25,2	19,5	20,4	20,6	20,8
	% от достижимой Σ по каждому мотиву	97,8	96,7	94,1	90,7	73,7	93,3	72,2	75,6	76,3	77,0
Достоверность различий между этапами по %	ϕ^*	2,66	2,00	1,83	1,65	0,14	0,17	0,38	1,67	0,39	0,04
	P	<0.01	<0.05	<0.05	<0.05	>0.05	>0.05	>0.05	<0.05	>0.05	>0.05
Начальный этап (n=28)	Достижимая сумма по каждому мотиву 27	17,9	16,6	19,3	16,3	14,3	18,1	15,0	14,4	15,6	14,7
	% от достижимой Σ по каждому мотиву	66,3	59,26	71,5	60,4	53,0	67,0	55,6	53,3	57,8	54,4
Завершающий этап (n=28)	Достижимая сумма по каждому мотиву 27	26,4	26,1	25,4	24,5	19,9	25,2	19,5	20,4	20,6	20,8
	% от достижимой Σ по каждому мотиву	97,8	96,7	94,1	90,7	73,7	93,3	72,2	75,6	76,3	77,0

Условные обозначения мотивов-категории: *мотив удовольствия (ЭУ); мотив социального самоутверждения (СС); мотив эмоционального физического самоутверждения (ФС); социально-эмоциональный мотив (СЭ); социально-моральный мотив (СМ); мотив достижения успеха в спорте (ДУ); спортивно-познавательный мотив (СП); рационально-волевой (рекреационный) мотив (РВ); мотив подготовки к профессиональной деятельности (ПД); гражданско-патриотический мотив (ГП)*

Изменения на уровне 1,67 произошли с мотивом физического самоутверждения (ФС), определяющего стремление развиваться физически и психологически (исх. –

71,5% от максимума возможной оценки, до 94,1%, $\varphi^*=2,38$), а также с мотивом достижения успеха в спорте (ДУ), проявления стремления к лидерству (исх. – 67,0% от максимума возможной оценки, до 93,3%, $\varphi^*=2,43$).

Последнее обстоятельство демонстрирует значительные сложности педагогического процесса, направленно формирующего мотивы, однако то, что ряд сложных мотивов достоверно изменились в позитивную сторону, показывает педагогические возможности воздействия на становление сложно формируемых свойств личности. При отсутствии целенаправленного воздействия на мотивы в процессе подготовки единоборцев на этапе начальной специализации из числа выделенных мотивов прирост стал достоверным только в трех случаях.

Несовпадение характера и особенностей проявления мотивов-категорий в экспериментальной и контрольной группах обуславливает необходимость сопоставительного анализа результатов групп на заключительном этапе. Выявлено, что на завершающем этапе эксперимента экспериментальная группа по пяти показателям продемонстрировала достоверно более высокие результаты относительно контрольной.

В ходе проверки эффективности разработанной модели методики психолого-педагогического сопровождения процесса спортивной подготовки подростков в единоборствах на этапе начальной специализации выявлено достоверное увеличение показателей общей и специальной физической подготовленности и в контрольной, и в экспериментальной группах, что доказывается достоверным повышением результатов ($p \leq 0,05$) выполнения таких естественных двигательных действий, требующих комплексного проявления физических качеств (проверка уровня общей физической подготовленности подростков) как прыжок в длину с места; подъем туловища из положения «лежа на спине» за 1 минуту ($p \leq 0,05$); наклон вперед из положения «стоя на гимнастической скамье»; сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на ладонях; бег 30 м; комплексной специальной базовой физической и технической подготовленности с применением скоростного выполнения удара «middle kick», наносящегося сзади стоящей ногой из основной стойки, удара «jab» передней рукой и броска «через бедро». Вероятнее всего, такое адаптационное поведение спортсменов данного возраста определяется не только тренировочными воздействиями, но и закономерностями онтогенеза. Однако при этом правильно поставленный педагогический процесс еще больше ускоряет происходящие возрастные процессы роста. Об этом свидетельствуют результаты сопоставительного анализа качества выполнения тестовых заданий на заключительном этапе. Но происходящие здесь процессы нельзя определить за счет выделения какой-либо одной тенденции. Различия между достигаемыми результатами сопоставляемых групп не достоверны по тестам «прыжок в длину с места», «наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье», «бег 30 м», «удар jab передней рукой» ($p > 0,05$).

Причиной, не позволяющей обеспечить достоверный прирост в тесте «прыжок в длину» и беге на 30 метров, вероятно, является возрастное лимитирование развития такого качества, как быстрота, лежащего в основе выполнения этих двигательных действий.

Удар «jab» передней рукой является распространенным и часто применяемым двигательным действием, поэтому за достаточно короткий промежуток времени получить достоверное преимущество за счет правильно построенной методики педагогического сопровождения не представляется возможным. Здесь требуется увеличение объема и интенсивности воздействия, которое может привести к задержке в формировании и развитии других базовых технических действий.

Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье позволяет оценить уровень гибкости, который в онтогенезе снижается, поэтому то обстоятельство, что в обеих группах происходит прирост показателя, можно принимать как успех обеих применяемых методик в этом направлении физической подготовки.

Результаты, показанные участниками экспериментальной группы в трех тестовых заданиях, достоверно выше ($p \leq 0,05$), чем результаты контрольной группы. Это касается двух силовых упражнений (подъем туловища из положения лежа на спине за 1 минуту: в контрольной группе $39,6 \pm 3,3$ раза, в экспериментальной группе $42,3 \pm 2,86$ раза; сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на ладонях: в контрольной группе $16,2 \pm 3,08$ раза, в экспериментальной группе $18,5 \pm 2,5$ раза). Это обстоятельство позволяет утверждать, что систематические занятия единоборствами позволяют увеличить проявление силы занимающихся, однако приросты при индивидуально направленных, высоко мотивированных и принимаемых спортсменами тренировочных воздействиях позволяют увеличить темпы формирования силы и достигать более высоких результатов в ее проявлении.

Прирост результатов испытания «удар «middle kick», наносимый сзади стоящей ногой из основной стойки (за 30 секунд)» в ЭГ составляет 6.9, с $10,9 \pm 1,95$ до $17,8 \pm 1,68$, что в процентном соотношении равняется 63%, а в КГ прирост результатов составляет 6.8, с $12,1 \pm 1,81$ до $18,9 \pm 1,77$, что в процентном соотношении равняется 56%. Прирост результатов в обеих группах обусловлен изучением и формированием навыка выполнения достаточно известного, но при этом сложного двигательного действия, но на заключительном этапе экспериментальная группа опережает в развитии навыка ($p \leq 0,05$) контрольную.

Особняком выделяется качество реализации технически сложного и специфического тестового задания (приема) «бросок через бедро (за 30 секунд)», прирост результатов которого в ЭГ составляет 6.3, с $7,8 \pm 1,91$ до $13,1 \pm 1,63$, что в процентном соотношении равняется 80%, а в КГ прирост результатов составляет от $8,1 \pm 1,54$ до $16,5 \pm 1,26$, что в процентном соотношении равняется 70%. На заключительном этапе различия достоверны при $p \leq 0,001$. Положительные личностные качества, формируемые в процессе психолого-педагогического сопровождения, самостоятельность и мотивированность занятий определяют повышение объема неорганизованных занятий, что обеспечивает для экспериментальной группы преимущество в демонстрации приема на заключительном этапе на более высоком уровне, чем в предыдущем случае.

Одной из наиболее сложных проблем теории спорта является проблема определения и оценки технико-тактической подготовленности спортсменов. Получение объективных знаний о сильных и слабых сторонах, об индивидуальных особенностях ведения спортивного поединка позволяет тренеру целенаправленно и системно строить процесс технико-тактической подготовки, коррекции технико-тактической подготовленности спортсменов, обеспечения индивидуально направленной подготовки к конкретным соперникам.

Возможность определения разнообразных показателей, характеризующих данный компонент спортивной подготовленности, возможен только в случае наблюдения и анализа соревновательной деятельности, так как в этом случае спортсмен всегда демонстрирует свои максимальные возможности на конкретный момент. В игровых видах спортивной деятельности, в различных видах единоборств демонстрируемый уровень технико-тактической подготовленности спортсмена зависит не только от его личностных возможностей, но и от возможностей противодействующей стороны. С

учетом данного разработана методика технико-тактической подготовленности единоборцев.

Сопоставим достоверность различий между показателями технико-тактической подготовленности единоборцев экспериментальной и контрольной групп на завершающем этапе педагогического эксперимента (таблица 2).

Из десяти компонентов технико-тактической подготовленности единоборцев по двум, а именно – по объему технических действий и по эффективности технико-тактической подготовленности, различия между показателями экспериментальной и контрольной группами отсутствуют ($P>0.05$), то есть показатели равны между собой. Вероятно, в первом случае объем изучаемых технических действий, строго определенных программой, не позволяет достигнуть изменения объема выполняемых технических действий. Кроме того, увеличение объема техники связано с уменьшением времени, затрачиваемого на изучение базовых приемов, а это может привести к снижению качества защиты.

Таблица 2. Достоверность различий между показателями технико-тактической подготовленности единоборцев экспериментальной (215 соревновательных поединков) и контрольной (183 соревновательных поединка) групп на завершающем этапе педагогического эксперимента

Показатели	Группы $X_{cp} \pm \sigma$		Достоверность различий между группами	
	КГ	ЭГ	t- Стьюдента; угловое преобразование Фишера	P
А - активность	3.15±0,58	3,72±0,57	9,82	< 0.001
F - количество оцененных ТТД	2,63±0,55	3,14±0,59	11,59	< 0.001
А комб. – комбинационная активность	2.3±0,68	2.8±0,78	6,76	< 0.001
F – комб. - количество оцененных комбинаций	1,46±0,72	1,97±0, 68	7,28	< 0.001
Сумма полученных баллов (в скобках % от возможного максимума)	5,96±1,35 (59,6±13,5)	9,18 ±0, 68 (91,8±6,8)	$\varphi^*=5,83$;	< 0.001
Объем технических действий	4,67±0,69	4,78±0,51	1.53	>0.05
Эффективность технико-тактической подготовленности (ЭТТ);	0,63±0,38	0,81±0,42	0,75	>0.05
Результативность технико-тактической подготовленности (РТТ); (в скобках % от возможного максимума)	2.27±0.73 22,7±7,3	3,12±0.66 31,2±6,6	$\varphi^*=1,71$	<0.05
Эффективность комбинационной технико-тактической подготовленности (Эф. комб).	1,57±0.32	2.42±0.42	2,66	< 0.01
Коэффициент совмещения (С) [$C = \sum \text{бал.}_1 / (\sum \text{бал.}_1 + \sum \text{бал.}_2)$]	0,31±0,28	0,88±0,21	3,00	< 0.01

Также повышение объема техники не может происходить в условиях самостоятельных занятий. Нужен квалифицированный наставник, который будет

демонстрировать и обучать правильной технике выполнения действий. Всем тренерам и спортсменам известен принцип технической подготовки, связанный с тем, что легче научить сложному движению, чем переучивать (закономерность отрицательного переноса навыка, трудность утраты имеющегося навыка). Именно все это в совокупности объясняет совпадение темпов развития объема техники в экспериментальной и контрольной группах.

Также определено совпадение темпов изменения эффективности технико-тактической подготовленности участников экспериментальной и контрольной групп, но здесь причины другого характера. В контрольной группе активность снизилась, а количество оцененных действий не повысилось, вследствие чего эффективность технико-тактической подготовленности не повысилась. В экспериментальной группе количество выполненных действий увеличилось недостоверно, возросло количество оцененных приемов, то темпы прироста не позволили достигнуть значимых различий.

По всем остальным показателям технико-тактической подготовленности участники экспериментальной группы на заключительном этапе эксперимента достоверно опережают контрольную группу. Это касается активности, количества оцененных ТТД, комбинационной активности, суммы полученных баллов ($P < 0.001$); результативности технико-тактической подготовленности ($P < 0.05$); эффективности комбинационной технико-тактической подготовленности и коэффициента совмещения ($P < 0.01$).

Таким образом, разработанная методика, связанная с использованием психолого-педагогического сопровождения процесса спортивной подготовки подростков в единоборствах на начальном этапе специализации, при определенных условиях способствует формированию важнейших компетенций спортсменов, помогает ставить цели, выявлять правильные мотивы, избегать конфликты, безопасно применять знания и умения на практике и повышает в целом эффективность обучения единоборствам.

В заключении сформулированы основы выводы:

1. Психолого-педагогическое сопровождение спортивной тренировки представляет собой вид профессиональной деятельности педагога-тренера, обеспечивающий эффективное взаимодействие с занимающимися – спортсменами-единоборцами на этапе начальной специализации – в условиях конкретной образовательной среды с учетом специфики реализуемых задач и особенностей как обучающихся, так и других участников образовательного процесса.

2. Совокупность факторов, влияющих на формирование и проявление индивидуальных способностей, включает в себя три группы:

- внешнесредовые (внетренировочные) условия, характеризующие общие воздействия социума и окружающей среды;
- внутритренировочные условия, связанные с целесообразным построением процесса подготовки спортсменов, определяемые видом выбранной спортивной деятельности, этапом многолетнего цикла спортивной подготовки (цели, задачи, средства), применяемой методикой подготовки и др.;
- индивидуальные особенности физической, технической, морально-волевой подготовленности спортсменов и их сопоставительными характеристиками развития способностей на определенном этапе многолетней подготовки.

3. Направления педагогического процесса определяются как совокупность важных реализуемых педагогических задач и инструментария их разрешения с целью содействия максимальному раскрытию и самораскрытию потенциальных возможностей развития личности.

4. Реализация целевой установки педагогического процесса обеспечивается за счет содержания педагогического процесса, который представляет собой опыт предшествующих поколений, передающийся спортсмену для достижения поставленной цели.

5. Методика психолого-педагогического сопровождения процесса спортивной подготовки подростков в единоборствах на этапе начальной подготовки обеспечивает нивелирование и снижение проявляющихся проблем путем индивидуализации психолого-педагогического процесса обучения технико-тактическим приемам и учета индивидуальных особенностей спортсменов при построении учебно-воспитательного процесса, реализует цель, связанную с созданием условий для развития способностей единоборцев, которые смогут обеспечить спортивные достижения на каждом из уровней специализации.

Она состоит из трех блоков, включающей в себя ценностно-мотивационный, тактико-целевой, морально-психологический блоки, которые в совокупности обеспечивают сопровождение педагогического процесса на личностном, интеллектуальном, физическом, тактико-техническом, эмоциональном и социальном уровнях.

6. К критериям оценки качества педагогического сопровождения подростков-единоборцев на этапе начальной специализации могут быть отнесены такие показатели системных результатов, как:

- определение уровня проявления мотивов к занятиям спортивными единоборствами и желание обучаться и тренироваться в этом направлении;
- наличие устойчивого желания совершенствовать свое мастерство и достигать высоких спортивных результатов в спортивных единоборствах;
- достижение уровня базовой технико-тактической подготовленности единоборцев, соответствующего требованиям программы начальной специализации.

7. На основе учета и адаптации к виду спорта общих вопросов теории и технологии оценки соревновательной деятельности спортсменов и методических подходов к определению технико-тактической подготовленности в различных видах спортивных единоборств разработана совокупность характеризующих основные состояния технико-тактической подготовленности единоборцев показателей, распределённых на две группы.

I. Количественные показатели технико-тактической подготовленности спортсмена, определяющие ход соревновательного поединка единоборцев. К ним относятся:

- активность (А), определяемая как число попыток проведения приемов;
- количество оцененных действий (КОД) в ходе поединка (F);
- комбинационная активность (КА) (А комб.), определяемая как количество технико-тактических комбинационных действий, выполненных спортсменом в ходе поединка;
- комбинационная эффективность (Эф. комб.), определяемая как количество эффективно выполненных комбинаций, оценённых в поединке;
- сумма полученных баллов (СБ) спортсменом за поединок.;
- объем технических действий (От), демонстрирующий количественный показатель выполнения разных приемов в ходе поединка.

II. Расчетные качественные показатели, демонстрирующие уровень тактико-технической подготовленности единоборцев.

К таким показателям относятся:

- эффективность технико-тактической подготовленности (Этт), определяемая как соотношение количества оцененных технико-тактических действий к общему количеству технико-тактических действий, выполненных во время соревновательного поединка, по формуле: $Этт = F / A$;

- результативность технико-тактической подготовленности (Ртт), определяемая как соотношение суммы оценочных баллов во время соревновательного поединка к общему количеству выполненных технико-тактических действий, по формуле ($Ртт = \sum \text{бал.} / F$).

8. Методика индивидуализации психолого-педагогического сопровождения единоборцев на этапе начальной специализации, построенная и реализованная с использованием вышеприведенных оснований, является эффективной в связи с тем, что:

- произошло достоверное снижение отсева обучающихся в экспериментальной группе, повысилось их желание совершенствовать свое мастерство в секциях по единоборствам ($P > 0.05$), сохранилась тенденция высокого уровня отсева спортсменов в контрольной группе;

- на завершающем этапе эксперимента экспериментальная группа по пяти показателям продемонстрировала достоверно более высокие результаты относительно контрольной (по значению % от достижимого максимума по каждому мотиву в контрольной группе 76,7%, в экспериментальной 97,8%; $\varphi^* = 2,66$; $P < 0.01$; по мотиву социального самоутверждения ($\varphi^* = 2,00$; $P < 0.05$), по мотиву физического самоутверждения ($\varphi^* = 1,83$; $P < 0.05$), по социально-эмоциональному мотиву ($\varphi^* = 1,65$; $P < 0.05$), по рационально-волевому (рекреационному) мотиву ($\varphi^* = 1,67$; $P < 0.05$). По остальным пяти показателям экспериментальная группа не отстала от контрольной группы, что позволяет считать примененную экспериментальную методику более эффективной в этом компоненте педагогического сопровождения единоборцев на этапе специализации;

- занятия единоборствами обеспечивают позитивное влияние на формирование мотивов, но при целенаправленном воздействии их адаптация к требованиям спортивной специализации происходит более интенсивно и более целенаправленно, что доказывается достоверно большим заполнением подгруппы со спортивно ориентированными ($\varphi^* = 1,66$; $P < 0.05$) и смешанными мотивами занятий ($\varphi^* = 1,69$; $P < 0.05$) в экспериментальной, чем в контрольной группе;

- изменения, происходящие в экспериментальной группе на завершающем этапе, более интенсивны в двух силовых упражнениях (подъем туловища из положения лежа на спине за 1 минуту; сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на ладонях) и в специальных тестовых упражнениях («Удар «middle kick», наносящийся сзади стоящей ногой из основной стойки (за 30 секунд)» ($p > 0,05$) и «бросок через бедро (за 30 секунд)» ($p \leq 0,001$), при равенстве изменений по другим тестам оценки общей и специальной физической подготовленности;

- из десяти компонентов технико-тактической подготовленности единоборцев по двум, а именно – по объему технических действий и по эффективности технико-тактической подготовленности – различия между показателями экспериментальной и контрольной групп отсутствуют ($P > 0.05$), то есть показатели равны между собой. По всем остальным показателям технико-тактической подготовленности участники экспериментальной группы на заключительном этапе эксперимента достоверно опережают контрольную группу. Это касается активности, количества оцененных ТТД, комбинационной активности, суммы полученных баллов ($P < 0.001$), результативности

техничко-тактической подготовленности ($P < 0.05$), эффективности комбинационной техничко-тактической подготовленности и коэффициента совмещения ($P < 0.01$).

Полученные результаты свидетельствуют о достижении поставленной цели и решении каждой из поставленных задач.

Список работ, опубликованных по теме диссертаций.

Статьи в изданиях, рекомендованных ВАК:

1. Носов, С.А. Формирование мотивационной поддержки при разработке модели психолого-педагогического сопровождения единоборцев на этапе начальной специализации / С.А. Носов, С.Б. Элипханов // Обзор педагогических исследований. – 2024. – Т. 6, № 2. – С. 244-250 (авт. – 0,23 п.л.).

2. Носов, С.А. Основные проблемы подготовки юных единоборцев на начальном этапе подготовки / С.А. Носов, В.А. Архипов, О.И. Овешников, А.В. Ашихин, И.С. Хрыков // Обзор педагогических исследований. – 2021. Т. 3. № 7. С. 144-148 (авт. – 0,1 п.л.).

3. Носов, С.А. Спортивная подготовка как фактор патриотического воспитания юных единоборцев / С.А. Носов, А.И. Ляпин, Ю.В. Горшков, И.А. Фомичев // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2020. № 11. С. 122-127 (авт. – 0,1 п.л.).

4. Носов, С.А. Соотношение таланта и трудолюбия подростков, занимающихся единоборствами на начальном этапе / С.А. Носов, К.А. Уварова, И.В. Герасимов, Ю.А. Ретинская, Е.Г. Абашин // Обзор педагогических исследований. – 2022. Т. 4. № 2. С. 79-83 (авт. – 0,1 п.л.)

5. Носов, С.А. Роль тренера в жизнедеятельности юных спортсменов, занимающихся единоборствами / С.А. Носов, А.И. Ляпин, И.В. Герасимов // Известия ТУЛГУ. – 2021. № 8. С. 111-120 (авт. – 0,3 п.л.).

6. Носов, С.А. Развитие выносливости у подростков на начальном этапе спортивной подготовки / С.А. Носов, А.Е. Насонов, С.Н. Баркалов, Ю.В. Иващенко, А.Н. Кандабар // Обзор педагогических исследований. – 2022. – Т. 4, № 5. – С. 14-17 (авт. – 0,1 п.л.).

Научные статьи в изданиях и сборниках научных трудов:

7. Носов, С.А. Модель психолого-педагогического сопровождения тренировочного процесса подростков в единоборствах на этапах начальной подготовки / С.А. Носов, М.А. Соломченко, А.В. Алдошин, О.А. Горбачева, Е.А. Алдошина // Современный ученый. – 2022. № 2. С. 102-108.

8. Носов, С.А. Психолого-педагогические особенности юных спортсменов единоборцев, принимающих участие в соревнованиях / С.А. Носов, В.Е. Баев, Ю.В. Горшков // Автономия личности. – 2021. № 1 (24). С. 127-135.

9. Носов, С.А. Патриотическое воспитание юных спортсменов через спортивные соревнования / С.А. Носов, К.А. Уварова, С.А. Шерешова // Наука-2020. – 2021. № 9 (54). С. 12-18.

10. Носов, С.А. Взаимосвязь физической и умственной деятельности // С.А. Носов, В.М. Макаров // Наука-2020. - 2021. № 7 (52). С. 126-131.

11. Носов, С.А. Роль тренера в жизни спортсмена. Личностные качества, которыми должен обладать тренер / С.А. Носов, С.В. Храбров // Наука-2020. – 2021. № 2 (47). С. 166-169.

12. Носов, С.А. Волевые качества спортсменов. Роль тренера в выработке

волевых качеств спортсменов / С.А. Носов, А.Е. Насонов // Наука- 2020. – 2021. № 2 (47). С. 59-62.

13. Носов, С.А. Психология личности спортсменов, занимающихся единоборствами / С.А. Носов, В.Г. Амирханян // Наука-2020. – 2020. № 3 (39). С. 9-12.

14. Носов, С.А. Особенности и методы онлайн тренировок для юных единоборцев / С.А. Носов, В.М. Макаров // Общественная безопасность, законность и правопорядок в III тысячелетии. – 2020. № 6-3. С. 230-232.

15. Носов, С.А. Система комплексного контроля состояния спортивной подготовленности с коррекционными мероприятиями в процессе соревновательной деятельности единоборцев / Носов С.А. // В сборнике: Совершенствование физической подготовки сотрудников правоохранительных органов. Сборник статей Всероссийского круглого стола. Редколлегия: С.Н. Баркалов (председатель) [и др.]. Орел, - 2021. С. 141-143.