

УДК 17

***КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ СПОРТИВНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ДЛЯ
ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ В ОПРЕДЕЛЕННОМ ФОРМАТЕ
СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ***

Овчинников Ю.Д.,

*кандидат технических наук, доцент, доцент кафедры биохимии,
биомеханики и естественнонаучных дисциплин*

*Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования "Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма»,*

г. Краснодар, Россия

Власовец С.В.,

студентка факультета Спорта, специализация «Тхэквондо»

*Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования "Кубанский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма»,*

г. Краснодар, Россия

Кумаритов А.В.,

тренер-преподаватель по всестильному каратэ

МБОУ СОШ им. Страховой С.Л. Федеральная Территория Сириус,

г. Краснодар Россия

Аннотация: Детско-юношеский спорт в России развивается в новом формате, показывая соревновательную деятельность регионов и муниципальных образований. Более того происходит специализация по видам спорта, которая способствует формированию спортивно-этических принципов начинающих спортсменов, физическое их развитие в возрастном периоде с биомеханическими качествами. Авторы

показывают Пхумсэ как универсальный метод специализированной подготовки и как средство обучения, дальнейшего совершенствования техники тхэквондо, средство физической и психологической подготовки, средство экспертной оценки подготовленности ученика, а также как вид соревновательной деятельности на примере турнира-фестиваля цветных поясов, проходившего в январе 2024 года г. Краснодаре.

Ключевые слова: детско-юношеский спорт, турнир, фестиваль цветных поясов, тхэквондо, биомеханика, дисциплина «Пхумсэ».

***CRITERIA FOR ASSESSING THE SPORT DISCIPLINE FOR YOUNG
ATHLETES IN A PARTICULAR FORMAT
COMPETITIVE ACTIVITY***

Ovchinnikov Yu.D.,

*Candidate of Technical Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Biochemistry, Biomechanics and Natural Science disciplines Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education “Kuban State University of Physical Culture, Sports and Tourism”,
Krasnodar, Russia*

Vlasovets S.V.,

*Student of the Faculty of Sport, specialization “Taekwondo”
Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education “Kuban State University of Physical Culture, Sports and Tourism”,
Krasnodar, Russia*

Kumaritov A.V.,

*trainer-teacher in all-steel karate,
Moscow State Budgetary Educational Institution of Higher Education named after Strakhova S.L. Federal Territory of Sirius,
Krasnodar, Russia*

Annotation: Children's and youth sport in Russia is developing in a new format, showing the competitive activity of regions and municipalities. Moreover, there is a specialization in sports, which contributes to the formation of sports and ethical principles of novice athletes, their physical development in the age with biomechanical qualities. The authors show Phumpse as a universal method of specialized training and as a means of teaching, further improvement of taekwondo techniques, a means of physical and psychological training, a means of expert assessment of the student's fitness, as well as a kind of competitive activity on the example of the tournament-festival of color belts, held in January 2024. Krasnodar.

Keywords: children and youth sport, tournament, festival of color belts, taekwondo, biomechanics, discipline «Phumpse».

В Краснодарском крае популярным видом спорта среди других видов спорта является спортивные единоборства. Мальчишки и девчонки приходят в спортивные секции не только потому, что советуется красивая реклама, но и хотят быть здоровыми, сильными и конечно красивыми. Данный вид спорта учит преодолевать трудности, возникающие на пути спортсмена, учит бороться со своими слабостями, вредными привычками так как такая этическая установка заложена в философской концепции развития единоборств. Проблема состоит в том, что не всем детям по физическому и психологическому состоянию здоровья показаны занятия карате, самбо, тхэквондо[9]. Ибо необходимо признать, что все виды единоборства относятся к индивидуальным, жестким видам спорта. Учитывая особенность становления детского организма и его психики, особенности спорта необходимо рассматривать в различных форматах и выстраивать формы проведения спортивной соревновательной деятельности с участием детей, которые не наносили бы физических и психологических травм.

Цель научно-педагогического исследования- выявить критерии оценки спортивной дисциплины для юных спортсменов с учетом формы и формата проведения спортивных соревнований.

Данное прикладное исследование имеет практическое значение для спортивных учреждений, начинающих и опытных педагогов-тренеров, работающих с детьми для развития системы детско-юношеского спорта в региональном формате.

Базой для проведения научно-прикладного исследования с использованием педагогических и спортивных методик явилось спортивное соревнование по направлению развития детско-юношеского спорта в форме турнира –фестиваля со специализацией по виду спорта (таблица №5).

МАТЕРИАЛЫ ИССЛЕДОВАНИЙ

Студентка факультета спорта, Власовец Софья Владимировна, избранный вид спорта «тхэквондо» Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма приняла участие научно-педагогическом исследовании, имеющее прикладной характер, социально-педагогическое и практическое значение для развития образовательных, педагогических, спортивных технологий.

Объектом исследования стало спортивное соревнование в форме турнира-фестиваля, как наиболее социально-адаптированной формы для детей.

В городе Краснодар 13-14 января 2024г. проходил турнир -фестиваль цветных поясов по тхэквондо[5]. Спортсмены клуба «Krasnodar team wato tebek» принимали участие в дисциплинах пхумсе и физическая культура тхэквондо, показав следующие результаты.

Заняв в дисциплине пхумсе следующие места:
1-М□

2-М□

1-М□

В дисциплине физическая культура тхэквондо:

2-М□

Рассмотрим спортивно-этическую составляющую исследуемой дисциплины. Дисциплина пхумсе представляет собой комплекс стоек, блоков и ударов руками и ногами объединенных в единую программу[4]. Данные комплексы являются основой базовой техники[11]. Существует 8 ученических пхумсе и 9 мастерских. Именно в технике и презентации в них соревнуются спортсмены. В зависимости от возраста и пояса, проводящие подбирают уровень комплекса(таблица№4,5). Каждое пхумсе символизирует определенную стихию или состояние (таблица№1)

Таблица 2 - Философия пхумсе в системе спорта

8 ученических пхумсе	
1.	Тхэгук иль чан символизирует небо, солнце, олицетворяет начала Земли
2.	Тхэгук и чан означает силу духа
3.	Тхэгук сам чан свет и природный ум
4.	Тхэгук СА чан выражает спокойствие и мужество
5.	Тхэгук о чан подчеркивает природу ветра
6.	Тхэгук юк чан олицетворяет воду – символ движения и преданности
7.	Тхэгук чиль чан символизирует горы и олицетворяет уединение и спокойствие
8.	Тхэгук пхаль чан символизирует Землю и олицетворяет силу, твердость и мощь
Первые восемь пхумсэ необходимо уметь выполнять для аттестационных экзаменов на цветные пояса (Гып — ученическая ступень)	

Критерии дисциплины связаны напрямую с биомеханическими характеристиками, важными для формирования физического состояния юных спортсменов[8]. Анализ протоколов соревнований позволил выделить основные критерии оценки.

Таблица 2 - Критерии оценки пхумсэ

Критерии оценки	Детали	Баллы
Правильность техники пхумсэ		4.0
Правильность отдельных элементов в каждом пхумсэ		4.0
Правильность исполнения, в том числе базовых движений и баланс Презентация		6.0
Скорость и сила		2.0
Мощность/скорость/ритм		2.0
Выражение энергии		2.0

Как только ребёнок начинает заниматься тхэквондо на первое место ставится развитие интереса ребёнка к спорту и его физических качеств, только после этого он может приступать к изучению приемов[12]. Именно для этого на соревнованиях начала появляться новая дисциплина, в которой бы могли принимать участие спортсмены первого года подготовки.

Этим направлениям стала физическая культура тхэквондо[1]. Это придает детям дополнительное стремление развивать свои физические качества, и атмосфера конкуренции только способствует этому. Спортсмены выполняют нормативы схожие к нормативам ГТО, дополненные только специфичными для тхэквондо ударами ногами по ракеткам на скорость за 10 секунд. Такое разнообразие дисциплин способствует популяризации вида спорта

и повышению количества спортсменов способных выступать на соревнованиях. ПХУМСЕ допускаются спортсмены любой технической квалификации, в соответствии с возрастной категорией: мальчики и девочки 6-9 лет. Проводятся индивидуальные соревнования по системе выбывания (на флажках)(таблица 2,3).

Выполняемые ПХУМСЕ по категориям:

Категория Б – (6-3 гып)

Категория С – (7-10 гып)

Таблица 3- ПХУМСЕ, распределение по категориям.

Категория Б – (6-3 гып)	
Градация	Предварительный круг, полуфинал, финал
Индивидуальные 6-8 лет	Taegeuk-1-2
Категория С – (7-10 гып)	
Градация	Предварительный круг, полуфинал, финал
Индивидуальные 9-11 лет	Taegeuk-1-3

- Фестиваль среди всех возрастных групп проводится с использованием электронной системы Даедо, которая позволяет объективно и наглядно фиксировать результаты. Проведенный анализ регламента спортивного соревнования позволил увидеть особенности проведения в каждом возрастном периоде с учетом формирования физиологических и биомеханических характеристик, этических и эстетических норм[7,10]. Все спортсмены имеют равные соревновательные возможности и награждаются грамотами, медалями, подарками и самое главное-цветным поясом, который подтверждает полученное в спортивных испытаниях индивидуальное достижение(фото1) (таблица№5). Такой спортивно-этический подход развивает личность физически и духовно мальчиков и девочек [2,3,6]. Была составлена методическая карточка проведения соревнований.

Таблица 4 - Методическая карточка «Регламент соревнования»

Возраст	Весовые категории
---------	-------------------

Мальчики, девочки 2013-2014г.р.	1-До 24,26,28 кг	2-До 30,32,34,37кг	3-До 41,45,45+кг
Мальчики, девочки 2015-2016г.р.	1-До 22,24,26кг	2-До28,30,32,34кг	3-До 37,41,41+кг

В случае, если в весовой категории менее двух спортсменов, они объединяются со следующей весовой категорией. Организаторы вправе вносить изменения в регламент, в зависимости от количества участников фестиваля. Допускаются спортсмены с любой технической квалификацией, в соответствии с возрастными группами (мальчики, девочки). **Проводятся индивидуальные соревнования по системе выбывания.**

Таблица 5

Возраст	УПРАЖНЕНИЯ		
Мальчики, девочки 2013-2014г.р.	1. Челночный бег 8р*8м	1,2,3,4 место	
	2. Отжимание от пола	За 20сек кол-во раз	
	3. Приседение выпрыгивание	За 20сек кол-во раз	
	4. Пресс ноги 45 градусов	За 20сек кол-во раз	
	5. Прыжок в длину с места	Расстояние см	
	6. Долио Чаги: А-Правой ногой; В-Левой ногой; С-Обеими ногами	За 5 сек. Отдых между подходами 10 сек.	кол-во раз
Отдых между упражнениями 30 сек.			
Возраст	УПРАЖНЕНИЯ		
Мальчики, девочки 2015-2016г.р.	1. Челночный бег 8р*8м	1,2,3,4 место	
	2. Отжимание от пола	За 20сек кол-во раз	
	3. Приседение выпрыгивание	За 20сек кол-во раз	
	4. Пресс ноги 45 градусов	За 20сек кол-во раз	
	5. Прыжок в длину с места	Расстояние см	
	6. Долио Чаги: А-Правой ногой; В-Левой ногой; С-Обеими ногами	За 5 сек. Отдых между подходами 10 сек.	кол-во раз
Отдых между упражнениями 30 сек.			

Определение победителей и награждение. Спортивные состязания проводятся согласно действующим правилам соревнований. В каждой

объединённой весовой категории разыгрывается 1,2 и два третьих места. Личный зачет: 1 место- победитель; 2 место-проигравший первому; 3 место – 2 места. Победители и призеры в каждой весовой категории награждаются грамотами и медалями.

В представленной методической карточке представлена методика соревновательной деятельности, которая позволяет объективно оценить соревнование. Процесс проведения соревнования называется РЕГЛАМЕНТОМ. Цветной пояс спортсменов получает согласно принятой спортивной классификации в этом виде спорта. Каждый цвет пояса имеет свое философское значение и помогает спортсмену развивать духовно-нравственные качества, необходимые не только в спорте, но и в его повседневной жизни(таблица№4). Ощущение социальной значимости важно для ребенка не только в детском периоде, но и для дальнейшей социализации при создании семьи и развитии семейных ценностей и традиций. Тем более, что семейные ценности в России всегда были не только гражданской позицией, но и приоритетом на уровне государства.

Таблица 6. - Уровни получения цветных поясов

Уровень	Иллюстрация	Пояс
10 гып		Белый пояс
9 гып		Бело-жёлтый пояс
8 гып		Жёлтый пояс
7 гып		Жёлто-зелёный пояс
6 гып		Зелёный пояс
5 гып		Зелёно-синий пояс
4 гып		Синий пояс
3 гып		Сине-красный пояс
2 гып		Красный пояс
1 гып		Красно-черный
1 дан		Чёрный

*Белый пояс означает начало пути; бело-желтый узнал новое и преодолел первые трудности



Фото1. Победители фестиваля цветных поясов 12-14 января 2024 г. Краснодар
Тренер победителей Власовец Софья, студентка факультета Спорта, специализация в избранном виде спорта «тхэквондо». Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма (г. Краснодар)

Акция – А ты записался к нам в спортивный клуб? МЫ! ЖДЕМ...

Библиографический список

- 1.Агилера, А. Г. В. К вопросу о федеральном стандарте спортивной подготовки по виду спорта "тхэквондо" / А. Г. В. Агилера // Перспективы науки. – 2021. – № 4(139). – С. 83-86. – EDN UCRRAK.
- 2.Батутно-акробатическая подготовка мальчиков 6-7 лет, занимающихся тхэквондо / Е. В. Романова, М. М. Колокольцев, А. В. Ворожейкин [и др.] // Современные проблемы науки и образования. – 2022. – № 3. – С. 16. – DOI 10.17513/spno.31708. – EDN CIGMXL.
- 3.Дюкина, Л. А. Техническая подготовка юных тхэквондистов / Л. А. Дюкина, С. В. Игнатьев, О. А. Черноторова // Проблемы современного

педагогического образования. – 2018. – № 59-3. – С. 255-258. – EDN XSELIT.

4. Желдоченко, Л. Д. Особенности профессиональных представлений у спортсменов тхэквондо с разными статусами профессиональной идентичности / Л. Д. Желдоченко, М. П. Ким, Ф. А. Молочков // Профессиональные представления. – 2021. – № 1(13). – С. 98-105. – EDN ELRSLN.

5. Ким, Д. С. Тхэквондо: олимпийские стандарты национального спорта / Д. С. Ким // Стандарты и качество. – 2016. – № 11. – С. 86-88. – EDN WXKNHJ.

6. Кузнецов, А. С. Формирование спортивной культуры личности школьников в процессе физического воспитания / А. С. Кузнецов, К. С. Фитисов, Н. Н. Сивцев // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2023. – Т. 18, № 1. – С. 118-123. – DOI 10.14526/2070-4798-2023-18-1-118-123. – EDN QOZXWR.

7. Кузнецова, З. М. Формирование физических качеств детей дошкольного возраста на занятиях по тхэквондо / З. М. Кузнецова, Н. А. Шепелев, С. Д. Фомичева // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2023. – Т. 18, № 1. – С. 138-144. – DOI 10.14526/2070-4798-2023-18-1-138-144. – EDN RPESYH.

8. Малышкин, Д. В. Развитие пространственной ориентации на этапе начальной подготовки в тхэквондо / Д. В. Малышкин // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2023. – № 3(217). – С. 298-301. – DOI 10.34835/issn.2308-1961.2023.03.p298-302. – EDN GFNYES.

9. Овчинников, Ю. Д. К вопросу о допуске детей к занятиям в секциях каратэ / Ю. Д. Овчинников, О. Г. Лызарь, В. В. Колбасин // Культура физическая и здоровье. – 2017. – № 1(61). – С. 31-34. – EDN YJHGUN.

10. Румянцева, Е. В. Социокультурные факторы инновационного развития российского тхэквондо / Е. В. Румянцева, А. А. Передельский // Личность. Культура. Общество. – 2017. – Т. 19, № 3-4(95-96). – С. 233-240. – EDN ZTXPHH.

11. Сергеева, А. Г. Применение эстафет на полосах препятствий в процессе базовой технической подготовки юных тхэквондистов / А. Г. Сергеева, А. В. Караван, М. А. Рогожников // Теория и практика физической культуры. – 2019. – № 11. – С. 68-69. – EDN HXFMJQ.

12. Танцура, М. Н. Развитие координационных способностей у юных тхэквондистов, использующих упражнения дисциплины «Фристайл-пхумсэ» / М. Н. Танцура, Ю. М. Схалыхо, Я. Е. Бугаец // Материалы ежегодной отчетной научной конференции аспирантов и соискателей Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2023. – № 1. – С. 84-88. – EDN FHZTGS.

Оригинальность 90%