***Методика применения подвижных игр как средство тренировочного процесса***

Как каждый тренер, влюблённый в свою профессию и целиком отдающийся благородному делу воспитания молодёжи, я знаю, что только творческое осмысление теоретических положений применительно к индивидуальным особенностям каждого юноши, возрасту, характеру, физической и технической подготовленности может дать свои положительные результаты. Поэтому считаю, что в работе с детьми обязан постоянно изучать свих спортсменов, их поведение и функциональные возможности, знакомиться с условиями жизни, учебы, находить оптимальное соотношение тренировочной работы и отдыха. Я должен быть в курсе всех интересов и устремлений своих питомцев. А для достижения поставленных целей в своей тренерской работе я, как и все тренеры, опираюсь на систему спортивной подготовки, способствующую достижению наивысшего спортивного мастерства моими воспитанниками и решающую первейшую нашу задачу – воспитание человека. В работе и общении главным для себя считаю изречение Софокла «Не всегда говори, что думаешь, но всегда думай, что говоришь».

В работе с начинающими борцами главное внимание обращаю на реализацию принципов сознательности, самостоятельности и активности, которые требуют от них понимания всего того, что они выполняют в связи с учебно-тренировочным процессом и участием в соревнованиях. Добиваюсь не бездумного, механического выполнения всех своих требований, а сознательного воспитания, развития и совершенствования всех компонентов спортивной, нравственной и психологической подготовленности.

В работе со старшими юношами основным для себя считаю требовательность, доверие и справедливость по отношению к ним. Не упускаю возможности похвалить ученика, чествовать победителя любого соревнования. В процессе учебных тренировок даю конкретное представление о самостоятельных занятиях с целью улучшения физического развития и двигательной подготовленности учащихся, с учетом индивидуальных особенностей. Добиваюсь безусловного выполнения своих требований.

Я глубоко убеждён, что для достижения необходимых результатов в работе с детьми, с ними нужно играть. С целью повышения активности и интенсификации деятельности учащихся внедряю в учебно-тренировочный процесс игровые технологии, для увеличения нагрузок, более успешной адаптации и сохранения интереса к занятиям. Часто использую выполнение отдельных элементов, упражнений и заданий в подвижных играх. При этом игровые методы позволяют решать не только задачи тренировки, но и воспитание волевых, нравственных и моральных качеств.

Разрабатывая методику применения подвижных игр, которые играют важнейшую роль в развитии детей, я стал широко использоваться их, как средство тренировочного процесса. Это связано с большими возможностями игрового метода обучения в спортивной тренировке, в котором подвижные игры занимают большое место, а также это связано с ранней специализацией в вольной борьбе.

Потребность применения специализированных подвижных игр вызвана тем, что, как правило, тренеры владеют методикой обучения приемам, а элементарным техническим и тактическим действиям, т.е. различным подготовкам, обманным действиям, не могут обучать, используя строго регламентированный метод. Понимая это, я использую соревновательный метод, включая его в тренировку схватки. Однако в схватках все внимание детей направлено на выполнение приемов, а элементарные тактические действия не отрабатываются, ребёнок не мыслит, это отрицательно сказывается на проведении схваток во время соревнований.
Я нашёл для себя простое решение – разрабатывать правила ведения схватки, в которой победа присуждалась бы за лучшее выполнение элементарных действий. Такие схватки в игровой форме и представляют собой специализированные подвижные игры. Используя эти игры, я заполняю разрыв между строго регламентированным методом обучения и соревновательным, осуществляя последовательно обучение, как технике, так и тактике борьбы.

Использование подвижных игр в учебных целях находит свою параллель с дидактическими играми, которые направлены на обучение основам ведения единоборств.

Дидактические игры делают процесс обучения более легким и занимательным: та или иная умственная задача, заключенная в игре, решается в ходе доступной и привлекательной для детей деятельности. Дидактическая игра создается в целях обучения и умственного развития. И чем в большей мере она сохраняет признаки игры, тем в большей мере она доставляет детям радость. Дети не ставят в игре каких-то иных целей, чем цель - играть. Но было бы неправильно не учитывать обучающего и развивающего влияния игры и при сохранении в ней непосредственности жизни детей. Поэтому, специализированные подвижные игры для борьбы, используемые мной в тренировочной работе, соединили черты подвижных и дидактических игр. Для того чтобы применять приемы в схватках, нужно владеть навыками ведения борьбы, а не только выполнения приемов, воспитание этих навыков я стараются обеспечить включением учебных и тренировочных схваток в игровой процесс. Применение специализированных подвижных игр, близких по структуре к элементарным формам ведения борьбы, позволяет юным борцам в облегченных условиях осваивать основы ведения единоборств. Такой подход, по моему предположению позволит улучшить методику обучения, перенесенную со взрослого контингента борцов на юношей и детей, и при этом учесть потребность детей к игровым формам деятельности.

В практике своей работы я широко использую игровой метод и в процессе отбора детей для занятия волной борьбой.

Спортивная борьба характеризуется как вид единоборства непосредственным контактом с противником, ограниченностью времени, сложностью восприятия пространственно-временных параметров движений, необходимостью оперативно перерабатывать информацию, повышенным эмоциональным фоном деятельности, постоянной нацеленностью на решение различных тактических задач, спецификой ситуации на ковре, связанной с быстрым переходом от атакующих действий, к защитным и т.д. Следовательно, одним из наиболее перспективных путей реализа​ции задач начального отбора является применение игровых комплексов с элементами единоборств, с помощью которых в наибольшей степени возможна оценка моторных задатков в условиях соревновательного по​единка.

При отборе детей для занятия борьбой я всегда использую комплекс игровых тестов с элементами единоборств, состоящий ив следующих игр-единоборств: осаливание голеностопа соперника, забегание за спину соперника в партере, тиснение из круга, борьба в стойке до касания ковра любой частью тела с помощью которых в наибольшей степени возможна оценка моторных задатков в условиях соревновательного по​единка. Данный комплекс отве​чает следующим требованиям:

 1.​ Доступность для детей различного возраста, физического развития и подготовленности;

 2.​ Высокая прогностичность и компактность;

 3.​ Возможность получения интегрального результата в виде по​беды иди поражения, а также экспертной оценки способностей и ка​честв претендентов;

 4.​ Простота правил и условий проведения соревнований;

 5.​ Возможность интерпретации и математически-статистической обработки результатов соревнований.

Такая работа с детьми, желающими заниматься вольной борьбой, даёт возможность существенно повысить качество отбора и приобщить их к дальнейшей тренировочной работе.

Применение рациональных методов организации тренировочной деятельности, их варьирование в зависимости от содержания учебного материала, этапа обучения, степени подготовленности детей позволяют мне обеспечивать что бы каждый элемент, каждое упражнение осваивали все занимающиеся, приобщать их к активной деятельности, добиваться высоких спортивных результатов, воспитать у ребят устойчивый интерес к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

Интерес к физической культуре и спорту, сформированный у спортсменов на тренировках, положительно сказывается и на их повседневной жизни. Массовость – основная цель всех физкультурно-оздоровительных мероприятий, которые я провожу с детьми, будь то показательные выступления, походы, экскурсии и соревнования. При моём непосредственном участии с активным участием всех моих воспитанников интересно и организованно проводятся соревнования по вольной борьбе на уровне спортивного центра и края.