

**Հ Հ ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ ԵՎ ԳԻՏՈՒԹՅԱՆ ՆԱԽԱՐԱՐՈՒԹՅՈՒՆ
ԵՐԵՎԱՆԻ ՊԵՏԱԿԱՆ ՀԱՄԱԼՍԱՐԱՆ**

ՂԱՎԹՅԱՆ ԱՐՏՅՈՄ ՍԵՅՐԱՆԻ

**ՊԱՏԱՆԻ ԸՄՔԻՇՆԵՐԻ ՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ՀՆԱՐՔՆԵՐԻ
ԱՐԴՅՈՒՆԱՎԵՏՈՒԹՅԱՆ ԲԱՐՁՐԱՑՈՒՄԸ
ՇԱՐԺՈՒՄՆԵՐԻ ՃՇԳՐՏՈՒԹՅԱՆ ԿԱՏԱՐԵԼԱԳՈՐԾՄԱՆ
ՄԵԹՈԴԻԿԱՅԻ ԿԻՐԱՌՄԱՄԲ**

ԺԳ. 00.02 - «Դասավանդման և դաստիարակության
մեթոդիկա» (ֆիզիկական կուլտուրա) մասնագիտությամբ
մանկավարժական գիտությունների թեկնածուի գիտական
աստիճանի հայցման ատենախոսության

ՍԵՂՄԱԳԻՐ

ԵՐԵՎԱՆ – 2018

Ատենախոսության թեման հաստատվել է Հայաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի պետական ինստիտուտում

Գիտական ղեկավար՝

մանկավարժական գիտությունների դոկտոր, պրոֆեսոր **Ա.Ա. Չատինյան**

Պաշտոնական ընդդիմախոսներ՝

մանկավարժական գիտությունների դոկտոր, պրոֆեսոր **Բ.Զ. Սադյան**,
մանկավարժական գիտությունների թեկնածու, պրոֆեսոր **Բ.Լ.Երիցյան**

Առաջատար կազմակերպություն՝

Հայ - ռուսական սլավոնական համալսարան

Ատենախոսության պաշտպանությունը կայանալու է 2018 թ. հունիսի 22 - ին ժամը 14⁰⁰ - ին, ԵՊՀ - ում գործող ԲՈՀ – ի մանկավարժության 065 մասնագիտական խորհրդում:

Հասցեն՝ 0025, ք. Երևան, Աբովյան 52ա, ԵՊՀ - ի 8 - թղ. մասնաշենք, թիվ 203 լսարան:

Ատենախոսությանը կարելի է ծանոթանալ ԵՊՀ – ի գրադարանում:

Սեղմագիրն առաքված է 2018 թ. մայիսի 22– ին:

Մանկավարժության 065 մասնագիտական խորհրդի գիտական քարտուղար մանկ. գիտ. թեկնածու, դոցենտ՝

Ա.Փ.Ղազարյան

ԱՏԵՆԱԽՈՍՈՒԹՅԱՆ ԸՆԴՀԱՆՈՒՐ ԲՆՈՒԹԱԳԻՐԸ

ԹԵՄԱՅԻ ԱՐԴԻԱՎԱՆՈՒԹՅՈՒՆԸ:

Ըմբշամարտում մրցակցական գոտեմարտերի հաջողության հիմքում պատրաստականության տարբեր կողմերի բարձր մակարդակն է: Դրանով պայմանավորված՝ մեծանում է անհրաժեշտությունը մարզիչների և մասնագետների կողմից բացահայտելու մարզման գործընթացի արդյունավետության բարձրացման նոր մեթոդները, միջոցները, կազմակերպման նորարարական մոտեցումներն ու ձևերը:

Այդ գործընթացը ենթադրում է տեխնիկական հնարքների բարելավում և կատարման ճշգրտության բարձրացում, որի արդյունքում մարզիկը կարող է մրցակցական պայմաններում դրսևորել գործողությունների բարձր արդյունավետությունը:

Մասնագիտական գրականության ուսումնասիրությունը և վերլուծությունը բացահայտեց, որ ըմբշամարտում իրականացված հետազոտությունների գերակշռող մեծամասնությունը ուղղված է պարզաբանելու տարբեր տարիքի և որակավորման մարզիկների շարժողական ընդունակությունների, տակտիկական, հոգեբանական պատրաստության, մրցակցական գործունեության, քաշի կարգավորման և այլ հարցերը (Վ.Բ.Առաքելյան, 2001, Է.Գ.Գալտազազյան, 2007, Վ.Ղ.Գեղամյան, 2010, Абульханов, 1991; В.В. Извьяков, 1992; А.В.Ларин,2002; О.Б.Соломахин, 2002; А.В. Бобровский, 2005; С. Б. Элипханов 2007, G. Thompson 2001, E.Demirkan M. Kutlu, M.Koz, M. Ozal, M. Favre 2014 և այլք):

Կարևորելով կատարված հետազոտությունների արդյունքները, և դրանց գիտագործնական նշանակությունը պետք է նշել, որ պատանի ըմբիշների տեխնիկական հնարքների ամրապնդման և կատարելագործման հարցում մասնագետները երաշխավորում են մարզումային գործընթացի տարբեր պայմաններում մասնագիտական գործողությունների բազմաթիվ կրկնությունների կիրառման մեթոդիկան:

Հետազոտության նպատակն է՝ բարձրացնել պատանի ըմբիշների մասնագիտական հնարքների կատարման արդյունավետությունը շարժումների ճշգրտության կատարելագործման մեթոդիկայի հիման վրա, նպաստել մրցումային գոտեմարտերում սպորտային արդյունքների բարելավմանը:

Հետազոտության խնդիրները:

1. Մասնագիտական գրականության ուսումնասիրման հիման վրա բացահայտել պատանի ըմբիշների առաջատար շարժողական

ընդունակությունները և դրանց շարքում շարժումների ճշգրտության տեղը, տեխնիկական հնարքների կատարելագործման ուղիները:

2. Ուսումնասիրել և համեմատել հունահռոմեական, ազատ ու ծյուղո ըմբշամարտերի 15-17 տարեկան մարզիկների շարժումների ճշգրտության զարգացման առանձնահատկությունները:

3. Պարզել Հայաստանի Հանրապետության առաջատար մարզիչների կարծիքը պատանի ըմբիշների կարևոր շարժողական ընդունակությունների, տեխնիկական պատրաստության տարբեր հիմնախնդիրների վերաբերյալ:

4. Բացահայտել 15-17 տարեկան հունահռոմեական, ազատ ոճի և ծյուղո ըմբշամարտերի մարզիկների տեխնիկական պատրաստվածության և շարժումների ճշգրտության փոխկապակցվածության բնույթը:

5. Գործնականում ուսումնասիրել 15- 17 տարեկան ըմբիշների տեխնիկական հնարքների կատարելագործման մեթոդիկական ճշգրտության հիմնախնդիրների տեսանկյունից:

6. Մշակել և գիտափորձով հիմնավորել պատանի ըմբիշների մասնագիտական հնարքների կատարելագործման մեթոդիկական՝ հիմնված շարժումների ճշգրտության բարելավման վրա:

Հետազոտության գիտական նորույթը.

- հիմնավորվել է պատանի ըմբիշների մասնագիտական հնարքների արդյունավետության բարձրացման նոր մոտեցում, որը նախատեսում է շարժումների ճշգրտության կատարելագործման մեթոդիկայի կիրառում:

- բացահայտվել է փորձարարական մեթոդիկայի ներգործության չափաբաժինն առանձին տեխնիկական հնարքների կատարման արդյունավետության վրա:

- պարզաբանվել է ըմբիշների շարժումների ճշգրտության տարբեր դրսևորումների և տեխնիկական հնարքների փոխկապակցվածության բնույթը:

Պաշտպանությանը ներկայացվող դրույթները.

1. Ըմբշամարտ մարզաձևի տեսության մեջ առանձնացված է մարզիկների ֆիզիկական պատրաստության համակարգի առաջատար հինգ շարժողական ընդունակությունների շրջանակը, որտեղ ընդգրկված է շարժումների ճշգրտությունը:

2. Հանրապետության ըմբշամարտի առաջատար մարզիչների տեսակետը պատրաստության համակարգում շարժումների ճշգրտության կարևորության վերաբերյալ նախանշում է պատանի ըմբիշների տեխնիկական պատրաստվածության կատարելագործման նոր մոտեցումը:

3. Առավելապես հունահռոմեական պատանի ըմբիշների տեխնիկական պատրաստվածության և շարժումների ճշգրտության տարբեր դրսևորումների փոխկապակցվածությունը փաստում է այդ ընդունակության կարևոր նշանակության մասին տեխնիկական հնարքների կատարելագործման գործընթացում և մատնանշում մասնագիտական հնարքների բարելավման նաև ոչ ավանդական մոտեցումը:

4. Պատանի հունահռոմեական ըմբիշների տեխնիկական հնարքների կատարելագործման մեթոդիկան, որի հիմքը կազմում են հատուկ ֆիզիկական (հոգեշարժիչ) վարժությունների համալիրներ:

Հետազոտության տեսական նշանակությունը: Բացահայտվել են պատանի մարզիկների տեխնիկական պատրաստության հայեցակետերը, ինչպես նաև ընդլայնվել են մասնագետների գիտելիքները պատանի ըմբիշների շարժումների ճշգրտության կատարելագործման մեթոդիկայի վերաբերյալ:

Հետազոտության գործնական նշանակությունը: Հետազոտության արդյունքում ստացված պատանի մարզիկների շարժումների բնութագրերի տարբերակման ճշգրտության տվյալները և նրանց համադրումը փորձագիտական գնահատականների հետ կարող են դառնալ այն օբյեկտիվ չափանիշները, որոնք հնարավորություն կտան ուղղորդել պատանի ըմբիշների մասնագիտական հնարքների արդյունավետության բարելավման գործընթացը:

Ատենախոսության կառուցվածքը և ծավալը: Աշխատանքը շարադրված է 135 համակարգչային էջում: Այն բաղկացած է ներածությունից, երեք գլուխներից, եզրակացություններից և հավելվածից, ընդգրկում է 21 աղյուսակ, 18 գծապատկեր, 8 նկար, 11 հավելված: Գրականության ցանկում բերված են մատենագիտական 131 սկզբնաղբյուրներ:

ԱՏԵՆԱԽՈՍՈՒԹՅԱՆ ՀԱՄԱՌՈՏ ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆԸ

Ներածությունում հիմնավորված է թեմայի արդիականությունը, ներկայացված են հետազոտության նպատակը և խնդիրները, գիտական նորոյթը, հետազոտության տեսական և գործնական նշանակությունը, ինչպես նաև պաշպանությանը ներկայացնող հիմնական դրույթները:

«**Հետազոտության հիմնահարցը**» վերնագրով առաջին գլխում, որը բաղկացած է հինգ ենթագլուխից, ամփոփ ներկայացված են պատանի ըմբիշների պատրաստվածության տարբեր կողմերի պահանջները, որոնք զետեղված են մանկապատանեկան մարզադպրոցների ուսումնական ծրագրերում: Պետք է հավելել, որ Հայաստանի

Հանրապետության անկախացումից ի վեր չեն մշակվել ըմբռամարտի մանկապատանեկան մարզադպրոցների ուսումնական ծրագրեր, այդ իսկ պատճառով օգտվել ենք Ռուսաստանի Դաշնության մակապատանեկան մարզադպրոցների ըմբռամարտի ուսումնական ծրագրերից:

Դրանց և ուսումնական ձեռնարկների և դասագրքերի ուսումնասիրման արդյունքում հնարավոր եղավ պարզել, որ ըմբռամարտի երեք ձևերում առաջատար և կարևոր են համարվում հինգ ընդունակություն ուժ, արագաշարժություն, դիմացկունություն, ճկունություն, ճարպկություն: Սակայն հունահռոմեական ըմբռամարտի ծրագրերում պատանի մարզիկների պատրաստության գործընթացում կարևորվում են նաև՝ ուժային դիմացկունության ընդունակությունը:

Այսպես հայրենական ըմբռամարտի ուսումնական ձեռնարկներում (Առաքելյան Վ.Բ., Սաղյան Բ.Զ., Կ.Կիրակոսյան, Է.Գ. Գալտազազյան Հունահռոմեական ըմբռամարտ., Երևան, – Հեղինակային հրատ., 2012, Առաքելյան Վ.Բ., Գալստյան Հ.Գ., Խ.Թ. Հարությունյան, Ազատ ըմբռամարտ, Երևան, Հեղինակային հրատ., 2008, Առաքելյան Վ.Բ., Սաղյան Բ.Զ., Ձյուդո ըմբռամարտ., Երևան, – Հեղինակային հրատ., 2010), որպես կարևոր շարժողական ընդունակություններ՝ հունահռոմեական, ձյուդո և ազատ ոճի ըմբռիչների համար առանձնացնում են ուժը, արագաշարժությունը, ճկունությունը, ճարպկությունը, դիմացկունությունը:

Այս հարցում նույն մոտեցումն են դրսևորում նաև Ռուսաստանի մասնագետները (Վ.Բ. Շեստակովը և Ս.Վ. Երեզինան, 2008), որոնք հունահռոմեական և ձյուդո ըմբռամարտերում կարևորում են հետևյալ ընդունակությունների մշակումը՝ ուժ, արագային ընդունակություն, ուժային դիմացկունություն արագություն, դիմացկունություն, կոորդինացիա, ճկունություն: Վերը նշված բոլոր և ուսումնասիրված այլ ուսումնական ձեռնարկներում ըմբռիչների համար կարևոր նշում են, որպես գրեթե նույն շարժողական ընդունակությունները՝ չհիշատակելով շարժումների ճշգրտությունը:

Անդրադառնալով մեր Հանրապետությունում հրատաքրակված նման աշխատություններին կարող ենք նշել, որ այս առումով նույնպես դրանցում դրսևորվել է նման մոտեցումը: Մասնավորապես Վ.Առաքելյանի և այլոք «Հունահռոմեական ըմբռամարտ» ուսումնական ձեռնարկում հիշատակվում է սպորտային մարզման տեսությունում և պրակտիկայում ըմբռիչների համար առաջատար շարժողական ընդունակությունների ցանկը ֆիզիկական պատրաստության համակարգում և դրանց մշակման առանձնահատկությունները:

Հատկանշական է, որ ոչ մի ծրագրում մասնագիտական գրականության մեջ չի հիշատակվում շարժումների ճշգրտությունը և այն որպես պատանի մարզիկներին անհրաժեշտ ընդունակություն չի ընդգրկվել ֆիզիկական պատրաստվածության նորմատիվային պահանջների մեջ:

Մինչդեռ հայրենական գիտական գրականության մեջ դեռ 1983թ. Ֆ.Գ. Ղազարյանը առաջին էր, ով մարդու շարժողական ընդունակություններին շարքին դասել է նաև շարժումների ճշգրտությունը: Հետագայում տարբեր մասնագետներ այն նույնպես համարել են շարժողական ընդունակություններից մեկը (Օ.Ե.Немцев, 2003; А.А.Чатинян, 2007; В.И.Гончаров,2012 և այլք)՝ կարևորել դրա դերը շարժողական գործողությունների արդյունավետ կատարման ընթացքում:

Անդրադառնալով ըմբշամարտի ուսումնասիրված հաջորդ ձևերում՝ ձյուդո և ազատ ոճի ժամանակակից ուսումնական ձեռնարկներին (Բ.Առաքելյան, Բ.Սաղյան, Կ. Կիրակոսյան, Է, Գալտագազյան ուսումնական ձեռնարկ) կարելի է նշել, որ նրանցում որպես ըմբիշների համար առաջատար ընդունակություն առաջադրվում են նույն այն ընդունակությունները, որոնց մասին մանրամասն ներկայացրեցինք վերոհիշյալում: Այս հարցերը մեր կողմից քննարկվում են սույնատեմախոսության հաջորդ գլխում:

Մասնավորապես ըմբիշների շարժումների ճշգրտության համար հեղինակների կողմից չեն առաջադրվում համապատասխան թեստային առաջադրանքներ: Շարժումների լայնույթի, մկանային ճիգերի և կատարման ժամանակի վերարտադրության և հատկապես տարբերակման ճշգրտության ցուցանիշները կարող են օգտագործվել շարժումների կառավարման վերաբերյալ օբյեկտիվ պատկեր ստանալու նպատակով (В.С.Фарфель,1975):

Կարելի է նշել, որ շարժումների ճշգրտությունը բնութագրում է դրանց կառավարման արդյունավետությունը՝ որքան այն բարձր է այնքան ավելի արդյունավետ է իրականացվում շարժումների ճշգրտությունը:

Ինչ վերաբերվում է շարժումների կառավարման տարբեր բնութագրերի բարելավմանը, ապա գիտական գրականության մեջ առաջարկում են հետևյալ մոտեցումները՝ հասարակ կրկնություններ, հակադրական, մոտեցնող և սահմանակից առաջադրանքներ:

Բացահայտվել է, որ շարժումների տարբեր բնութագրերի կառավարման կարողության բարելավման համար առավել արդյունավետ են հարակից և հատկապես մոտեցնող առաջադրանքները (Ա.Ս. Ռեվզոն 1961):

Ատենախոսության երկրորդ՝ «Հետազոտության մեթոդաբանությունը» գլուխը բաղկացած է երկու ենթագլխից:

Հետազոտության ընթացքում մեր կողմից օգտագործված բոլոր ստուգողական վարժություններն առաջարկված են մասնագիտական գրականության մեջ, երկար ժամանակ կիրառվում են մարզիկների թեստատրոման պրակտիկայում, անցել են համապատասխան ստուգումներ ու երաշխավորված են մասնագետների կողմից՝ որպես հուսալի և ինֆորմատիվ թեստեր:

Առաջադրված խնդիրների լուծման ընթացքում օգտագործվել են հետևյալ մեթոդները՝ գիտամեթոդական գրականության ուսումնասիրում և վերլուծում, ուսումնամարզական փաստաթղթերի ուսումնասիրում և վերլուծում, մարզումային և մրցումային պայմաններում մանկավարժական դիտումներ, անկետային հարցում, մանկավարժական թեստավորում, դինամոմետրիա, խրոնոմետրիա, կինեմատոմետրիա, փորձագիտական գնահատականներ, մաթեմատիկական վիճակագրություն:

Աշխատանքի սույն բաժնում ներկայացված է յուրաքանչյուր մեթոդի կիրառման պայմանները:

Հետազոտության քանակակազմը: Հետազոտությունում ներգրավվել է հունահռոմեական, ազատ և ձյուդո ըմբշամարտերի 15-17 տարեկան 100 մարզիկ:

Որպես փորձագետներ հետազոտության մեջ ընդգրկվել են ըմբշամարտի յուրաքանչյուր ձևի 4 բարձրակարգ մասնագետներ՝ սպորտի վարպետներ և Հայաստանի Հանրապետության վաստակավոր մարզիչներ: Մանկավարժական գիտափորձին մասնակցել է հունահռոմեական ըմբշամարտի 30 պատանի մարզիկ:

Ատենախոսության երրորդ **«Պատանի ըմբիշների շարժումների ճշգրտության դրսևորման առանձնահատկությունները և տեխնիկական հնարքների կատարելագործման մեթոդիկան»** գլխում, որը բաղկացած է չորս ենթագլուխներից, քննարկվում են մանկավարժական գիտափորձի արդյունքները:

Ըմբշամարտի հունահռոմեական, ազատ և ձյուդո ձևերում պատանի մարզիկների պատրաստության գործընթացում առկա խնդիրների բացահայտման և այդ գործընթացի կատարելագործման նպատակով իրականացվել է մարզիչների շրջանում անկետային հարցում: Մշակված 12 հարցերը դասակարգված են երկու խմբում:

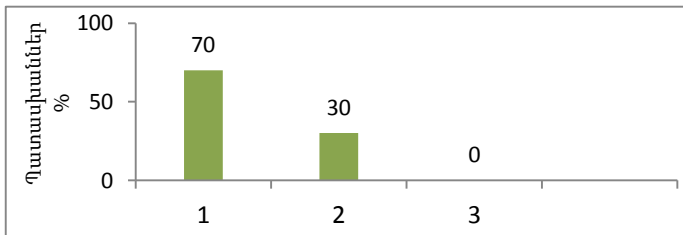
Առաջին խումբ հարցերը նպատակ ունեին պարզաբանելու պատանի ըմբիշների առաջատար շարժողական ընդունակությունները, դրանց դերը սպորտային հաջողությունների նվաճման գործընթացում,

պատրաստության համակարգում շարժումների ճշգրտության վերաբերյալ մարզիչների պատկերացումները, մշակման հիմնական ուղիները և այլ հարցեր:

Հարցերի երկրորդ խումբը հնարավորություն տվեց բացահայտել մարզիչների կարծիքները պատանի մարզիկների մասնագիտական հնարքների կատարելագործման ուղիների և այդ գործընթացում շարժումների բնութագրերի կառավարման ընդունակության բարելավման նշանակության վերաբերյալ: Ստորև ներկայացնենք մարզիչների կարծիքը ուսումնասիրված որոշ հարցերի վերաբերյալ:

Այսպես, «Շարժողական ընդունակությունների շարքում, որո՞նք եք կարևորում պատանի ըմբիշների պատրաստության գործընթացում» հարցի պատասխանների վերլուծությունից պարզաբանվեց, որ ըմբիշների պատրաստության գործընթացում մարզիչների կողմից շարժումների ճշգրտությունը դերը քիչ է կարևորվում:

Այսպես ինը շարժողական ընդունակության շարքում նրանք ըստ կարգի նշում են՝ արագաշարժությունը, ճկունությունը, դիմացկունությունը և այլն: Շարժումների ճշգրտությանը հատկացնում են 6-րդ տեղը: Ինչ վերաբերում է մյուս հարցի պատասխաններին՝ բացահայտվել է հետաքրքիր պատկեր (գծապատկեր 1):



Գծապատկեր 1 Պատանի ըմբիշների տեխնիկական հնարքների արդյունավետության պայմանավորվածությունը շարժումների ճշգրտությամբ

1Շատ է պայամանավորված, 2պայամանավորված է, 3քիչ է պայամանավորված

Մարզիչների կարծիքով պատանի ըմբիշների տեխնիկական հնարքների արդյունավետությունը որոշվում է շարժումների ճշգրտությամբ: Ստացված տվյալների համաձայն՝ նրանց 70 %-ը շատ է պայամանավորում այդ հարցում շարժումների ճշգրտությանը, իսկ 30 %-ը,

այն նույնպես կարևորում է ըմբիշների տեխնիկական հնարքների կատարման արդյունավետության գործում:

Նշենք, որ անկետային հարցման արդյունքում կատարված եզրահանգումները կազմեցին փորձարարական մեթոդիկայի մշակման առանցքային դրույթներից մեկը: Հետազոտության նպատակի իրականացման համար կարևոր էր բացահայտել շարժումների ճշգրտության կառավարման ներգործության բնույթը ըմբիշների տեխնիկական պատրաստվածության վրա: Այդ նպատակով հաշվարկվել են պատանի ըմբիշների շարժումների ճշգրտության տարբեր դրսևորումների և տեխնիկական պատրաստվածության միջև համահարաբերակցական կապերի բնույթը (աղյուսակ 1):

Ներկայացված աղյուսակից երևում է, որ քանակով և մեծությամբ առավել շատ համահարաբերակցական կապերը դրսևորվում են հունահռոմեական ըմբիշների տվյալներում:

Աղյուսակ 1

Համահարաբերակցական կապերը փորձագիտական գնահատականների և պատանի ըմբիշների շարժումների ճշգրտության ցուցանիշների միջև (r)

Ճշգրտության ձևը	Տարածական (աստիճան)			Ուժային (մկանային ճիգեր) կգ			Ժամանակային (վրկ.)		
				Դաստակ		Իրան			
Փորձագիտական գնահատականներ	20	45	70	աջ	ձախ		Ազատ ոճ	3	10
		0.17	0.15	0.28	-0.61*	-0.25	0.03	-0.5	-0.11
					<< ըմբշ.				
		-0.41	0.5	-0.43	0.21	0.06	-0.02	-0.69	0.44
					Ձյուղո				
	0.17	0.24	-0.01	0.11	-0.5	-0.22	0.17	-0.1	

Մասնավորապես փորձագիտական գնահատականների և տարածական բնութագրերի տարբերակման ճշգրտության միջև համահարաբերակցական կապերը առկա են նախաբազկի ծավման 20 և 70 աստիճանի պայմաններում $r=-0.41$ և $r=-0.43$: Առավել բարձր փոխկապակցվածություն բացահայտվել է 3 վրկ. ժամանակահատվածի գնահատման ճշգրտության առումով ($r=-0.69$):

Հիմնվելով հունահռոմեական ըմբիշների տվյալներում բացահայտված համահարաբերակցական կապերի մեծության և քանակի

վրա որոշվեց պատանի մարզիկների մարզումային գործընթացի կազմարկերպման կոնկրետ փորձարարական ուղղություն:

Ներկայացնում ենք ըստ հերթականության հետազոտության այն փուլերը և արդյունքները, որոնք հիմք են հանդիսացել մշակելու փորձարարական ծրագիրը՝ ուղղված պատանի հունահռոմեական ըմբիշների տեխնիկական պատրաստվածության կատարելագործմանը:

1. Մասնագիտական գրականության ուսումնասիրություն, 2. ՀՀ առաջատար մարզիկների անկետային հարցում, 3. մարզումային գործընթացի մանկավարժական դիտումներ, 4. տեխնիկական պատրաստվածության և շարժումների ճշգրտության փոխկապակցվածություն, 5. մարզումային գործընթացում ոչ մասնագիտական (հոգեշարժիչ) վարժությունների համալիրների կիրառում, 6. պատանի ըմբիշների շարժումների կառավարման կարողության բարելավում, 7. շարժումների տարածության և ժամանակի զգայության կատարելագործում:

Ձևավորող մանկավարժական գիտափորձը իրականացվել է 2016-2017 ուս. տարում «Նորայր Մուշեղյան»-ի անվան ըմբշամարտի օլիմպիական մանկապատանեկան մարզադպրոցում և «Դինամո» մարզական հասարակական կազմակերպությունում» երկրորդ ուսումնամարզական տարվա խմբերում: Գիտափորձի փորձարարական և ստուգողական խմբերում ընդգրկվել են 15-17 տ. 30 մարզիկ: Երկու խմբերում մարզումների բեռնվածության ընդհանուր ծավալը ուսումնական տարում կազմել է 250 ժամ և իրականացվել 125 պարապմունք: Գիտափորձի ընթացքում փորձարարական խմբի մարզումներում ներդրվել են մեր կողմից լրամշակված հատուկ ֆիզիկական (հոգեշարժիչ) վարժություններից կազմված 8 համալիր (աղյուսակ 2):

Աղյուսակ 2

Հունահռոմեական ըմբիշների շարժումների տարածական և ժամանակային բնութագրերի բարելավմանն ուղղված վարժությունների 1ին համալիր

N	Վարժությունների բովանդակություն	քանակ
1	Գնդակի վարում կանգնակների միջև 10-20-15-10 վրկ.	1-2
2	Վազք՝ 20-30-25-20մ առավելագույն տեմպով, հաշվում է քայլերի քանակը	2-3
3	Պտտածողից ցածր կախ դրությունից ոտքերը բարձրացնել 20°-40°-30°- 20° (անկյունաչափի օգնությամբ)	1-2
4	Քայլք թաթերի վրա 50-70-60-50 սմ, 60-80-70-60սմ հեռավորությամբ գծանշաններով	2-3

Յուրաքանչյուր համալիրում ընդգրկեցինք չորսական վարժություն: Որպես օրինակ աղյուսակ 2-ում ներկայացված է վարժությունների 1-ին համալիրը: Յուրաքանչյուր համալիրը կատարվում էր մեկ ամսվա ընթացքում, պարապմունքի ներգրավիչ և եզրափակիչ մասում՝ 8-10 րոպե տևողությամբ: Համալիրները կազմվել էին նրանցում ներառված վարժությունների աստիճանական բարդեցման սկզբունքի հաշվառմամբ:

Քանի որ շարժումների բնութագրերի կառավարման ճշգրտության բարելավման առումով մասնագետները առավել արդյունավետ էին համարում «մոտեցնող» վարժությունների կատարման մեթոդիկան, ապա այն կազմեց լրամշակված հատուկ ֆիզիկական վարժությունների կատարման հիմքը: Պատանի ըմբիշների տեխնիկական հնարքների կատարելագործման գործընթացում շարժումների ճշգրտության ներգործության արդյունավետությունը բացահայտելու նպատակով, մինչ գիտափորձը և գիտափորձից հետո անց է կացվել շարժումների ճշգրտության, և 5 շարժողական ընդունակությունների թեստավորում:

Փորձարարական և ստուգողական խմբերի ըմբիշների արագաշարժություն, կոորդինացիայի, դիմացկունության, մկանային ուժի, ճկունության միջին ցուցանիշների համեմատումը գիտափորձից առաջ բացահայտեց երկու խմբի միջև տարբերության բացակայումը: Համեմատելով պատանի մարզիկների ճշգրտության տարբեր դրսևորումների տվյալները պարզվեց, որ մինչ գիտափորձը երկու խմբի միջին ցուցանիշներում նույնպես բացակայում էր հավաստի տարբերություն: Գիտափորձից հետո փորձարարական խմբում արձանագրվել են շարժումների ճշգրտության ավելի բարձր և հավաստի փոփոխություններ: Պատանի ըմբիշների վերձգում պտտածողից վարժությունում գրանցվել է 0.59 միավոր արդյունքների բարելավում:

Գիտափորձի երկու խմբերում 400մ վրկ. ցուցանիշներում հավաստի փոփոխություն տեղի չի ունեցել: Գիտափորձից հետո՝ մաքրքավազք 3 x10մ.վրկ. համեմատումը ստուգողական և փորձարարական խմբերի միջև ի հայտ բերեց նմանատիպ, սակայն ոչ հավաստի տարբերություններ:

Անդրադառնալով շարժումների ճշգրտության համեմատական վերլուծության տվյալներին՝ գիտափորձից հետո կարելի է հատուկ նշել, որ փորձարարական և ստուգողական խմբերի միջև ճշգրտության երեք ձևերում առկա է ցուցանիշների էական տարբերություն (աղյուսակ 3):

Մասնավորապես ի համեմատ ստուգողական խմբի, փորձարարական խմբում 3 վրկ. ժամանակահատվածի գնահատումը **0,12** վրկ.-ով ավելի

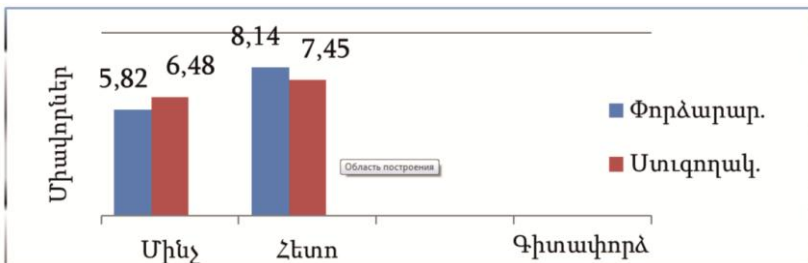
ճշգրիտ էր: Իսկ շարժման տարածական ճշգրտության գնահատումը 20 և 70 աստիճան լայնույթի պայմաններում **0,65** և **0,7** աստիճանով ավելի բարձր էր:

Աղյուսակ 3

Փորձարարական և ստուգողական խմբերի պատանի ըմբիշների շարժումների ճշգրտության համեմատական տվյալներ գիտափորձից հետո, սխալներ ($X \pm m$)

№	Ստուգողական վարժություններ	Խմբեր		Տարբերության հավաստիություն	
		Փորձար.	Ստուգող.	t	P
1.	3 վրկ. տարբերակում	0,67±0,0 5	0,89±0,0 9	t = 2,2	< 0,05
2.	20° տարբերակում	1,69±0,1 8	2,34±0,2 9	t = 2,09	< 0,05
3.	70° տարբերակում	1,02±0,1 8	1,72±0,2 7	t = 2,19	< 0,05

Ապա անդրադառնանք (գծապատկեր 2)-ում ներկայացված տվյալներին: Փորձագիտական գնահատականները վկայում են, որ մեկամյա գիտափորձի ավարտին երկու խմբում արձանագրվել են դրական փոփոխություններ: Եթե ստուգողական խմբում տեխնիկական հնարքների կատարման արդյունավետության միջին գնահատականը բարձրացնել **0.97** միավորով, ապա փորձարարական խմբում բարելավումը ավելի էական էր և կազմել **2.32** միավոր:



Գծապատկեր 2. Փորձարարական և ստուգողական խմբերի հունահոմեական պատանի ըմբիշների տեխնիկական

պատրաստվածության մակարդակի փոփոխությունը գիտափորձի ընթացքում, միավոր:

Հետագայում դիտվել և վերլուծության են ենթարկվել ուսումնամարզական տարվա ավարտին Հայաստանի Հանրապետության պատանիների առաջնության և այլ մրցաշարերի մասնակցության արդյունքները:

Մասնավորապես բացահայտվել է, որ փորձարարական խմբի պատանի ըմբիշները բոլոր գոտեմարտերի 68 %-ը ավարտել են հաղթանակով, որից 49.1 %-ը մաքուր հաղթանակով: Ստուգողական խմբի ցուցանիշները համապատասխանաբար կազմել են 46.2 % և 20.7 %:

Ինչ վերաբերում է մրցումներում զբաղեցրած տեղերին, ապա ակնհայտ է փորձարարական խմբի ըմբիշների առավելությունը՝ 8 մարզիկ գրավել է 1-ին տեղ, 5-ը՝ 2-րդ տեղ, իսկ 3-րդ տեղ գրավել են 2 մարզիկ:

Անդրադառնալով ստուգողական խմբի մարզիկների ցուցանիշներին փաստենք, որ դրանց ավելի ցածր էին և կազմում զբաղեցրած տեղերին համապատասխան՝ 3, 1 և 2 մարզիկ:

Այսպիսով գիտափորձի արդյունքում բացահայտվեց հատուկ ֆիզիկական հոգեշարժիչ վարժությունների համալիրների հիման վրա մշակված փորձարարական մեթոդիկայի դրական ներգործությունը պատանի հունահռոմեական ըմբիշների շարժումների կառավարման և արդյունքում՝ տեխնիկական պատրաստվածության վրա, ինչը նպաստեց մրցումների բարձր արդյունքների նվաճմանը:

Իրականացված հետազոտության հիման վրա հնարավոր եղավ կատարել հետևյալ եզրակացությունները:

1. Մասնագիտական գրականության ուսումնասիրումը և վերլուծությունը բացահայտեց, որ ազատ, հունահռոմեական և ծյուրո ըմբշամարտերում թերի են ուսումնասիրվել շարժումների ճշգրտության տարբեր հարցերը՝ շարժումների ճշգրտության տեղը մարզիկների ֆիզիկական պատրաստության համակարգում և հատկապես դրանց դերը մարզիկների տեխնիկական պատրաստվածության բարելավման տեսանկյուններից:

2. Հունահռոմեական, ազատ և ծյուրո ըմբշամարտերի մանկապատանեկան մարզադպրոցների ուսումնական ծրագրերի վերլուծության արդյունքում պարզվեց, որ պատանի ըմբիշների ֆիզիկական պատրաստության գործընթացն առավելապես ուղղված է հինգ շարժողական ընդունակությունների մշակմանը՝ ուժ, արագաշարժություն, ճկունություն, ճարպկություն, դիմացկունություն: Ոչ

մի ուսումնասիրված ծրագիր չի նախատեսվում շարժումների ճշգրտության բարելավմանը նպատակաուղղված մարզումային գործընթացի կազմակերպումը:

3. Հունահռոմեական ըմբշամարտի առաջատար մարզիչների շրջանում անցկացված անկետային հարցումը բացահայտեց հակասական պատկեր: Մի կողմից մարզիչները կարևորում են պատանի ըմբիչների պատրաստության գործընթացում նույն 5 շաբաթական ընդունակությունները՝ շարժումների ճշգրտությանը հատկացնելով 6-րդ տեղը: Մյուս՝ կողմից մարզիչների 87% -ը չափազանց բարձր է գնահատում շարժումների ճշգրտության դերը պատանի մարզիկների տեխնիկական պատրաստության գործընթացում: Մարզիչները համոզված են նաև, որ շարժումների տարբեր բնութագրերի բարելավման ճանապարհով հնարավոր է բարձրացնել տեխնիկական հնարքների կատարման արդյունավետությունը:

4. Շարժումների ճշգրտության տարբեր դրսևորումների տվյալների համեմատությունը թույլ տվեց պարզել, որ հունահռոմեական, ազատ և ձյուդո ձևերի միջև բացակայում են մկանային ճիգերի, տարածության և ժամանակային ինտերվալների ցուցանիշների հավաստի տարբերությունները: Բացառություն են կազմում պատանի հունահռոմեական ըմբիչների տարածական (20° և 70°) և ժամանակային ինտերվալների (3 վրկ.) տարբերակման ավելի բարձր ցուցանիշները: Նրանք միջինը 0.62 և 1.19 վրկ.-ով ավելի ճշգրիտ էին, քան ազատ և ձյուդո ըմբշամարտերում մասնագիտացող պատանի ըմբիչները:

5. Պատանի ըմբիչների շարժումների տարածական բնութագրերի տարբերակման ճշգրտության ուսումնասիրումն առաջադրանքի ծանրոցով (500 գր.) և առանց ծանրոցի կատարման պայմաններում, ցույց տվեց դրանց միջև տվյալների հավաստի նմանությունը: Ինը զույգ համեմատված ցուցանիշներում նկատվել է ընդամենը երկու հավաստի տարբերություն հունահռոմեական ըմբիչների տվյալներում՝ կապված (20° և 45°) լայնույթի շարժման հետ: Այս երկու դեպքում ծանրոցով կատարված առաջադրանքների ճշգրտությունը 1.69 և 0.77 կգ-ով հավաստի ավելի բարձր էր:

6. Ուսումնասիրված ըմբշամարտի բոլոր ձևերի պատանի մարզիկների տեխնիկական պատրաստվածության փորձագիտական գնահատականների և շարժումների ճշգրտության տարբեր դրսևորումների տվյալների միջև բացահայտվել են կապերի առավել մեծ քանակով և համեմատաբար ուժեղ համահարաբերակցական կապեր հայտնաբերվել են հունահռոմեական ըմբիչների տվյալներում:

Մասնավորապես, տարածական բնութագրերի 20° և 70° ինչպես նաև 3 վրկ. ժամանակահատվածի տարբերակման առումով առկա է համահարաբերակցական կապերի հետևյալ գործակիցները՝ -0.41, -0.43, -0.69:

7. Վերամշակված հատուկ ֆիզիկական վարժություններից կազմված համալիրների կիրառումը մեկամյա գիտափորձում դրսևորվեց պատանի հունահռոմեական ըմբիշների հետևյալ արդյունքներում:

7.1. Փորձարարական մարզումային գործընթացի ավարտին չեն բացահայտվել հավաստի տարբերություններ փորձարարական և ստուգողական խմբի ըմբիշների՝ վազք 30մ, իրանի թեքում առաջ, վերձգում պտտածողից, մաքրքավազք 3x10մ թեստային առաջադրանքներում: Բացառություն են կազմում վազք 400մ առաջադրանքում փորձարարական խմբի մարզիկների 0.35վրկ. հավաստի ավելի բարձր ցուցանիշները:

7.2. Շարժումների ճշգրտության տարբեր դրսևորումների առումով գիտափորձի երկու խմբերում արձանագրվել են որոշակի փոփոխություններ, որոնք հավաստի էին միայն փորձարարական խմբի տվյալներում: Այսպես 3 վրկ. -ի տարբերակման ճշգրտությունը բարելավվել է 0.27 վրկ. -ով, տարածության 20 և 70 աստիճանի տարբերակման ճշգրտությունը բարձրացել է համապատասխանաբար 0.89 և 1.24 աստիճանով:

7.3. Փորձարարական խմբի մարզումներում հատուկ ֆիզիկական վարժությունների նպատակաուղղված կիրառումը նպաստեց նաև պատանի մարզիկների շարժումների ճշգրտության միջին ցուցանիշի նկատմամբ տվյալների ցրվածության փոքրացմանը:

7.4. Մինչ գիտափորձը չեն բացահայտվել տարբերություններ փորձարարական և ստուգողական խմբերի շարժումների ճշգրտության տվյալների միջև և դրա ավարտին փորձարարական խմբի մարզիկները ժամանակի ինտերվալների և շարժումների տարածության տարբերակման ճշգրտությունը դրսևորվեցին ավելի բարձր մակարդակով: Այսպես, ի տարբերություն ստուգողական խմբի, փորձարարական խմբում 3 վրկ.-ի տարբերակումը բարելավվեց 0.2 վրկ.-ով, շարժման 20 և 70 աստիճան լայնույթի պարագայում տարբերությունը կազմեց 0.68 և 0.70 աստիճան համապատասխանաբար:

8. Մեկամյա մանկավարժական գիտափորձն ապացուցեց շարժումների ճշգրտության բարելավման մշակված մեթոդիկայի կիրառման արդյունավետությունը պատանի ըմբիշների տեխնիկական

հնարքների կատարելագործման գործընթացում՝ նպաստելով բարձր սպորտային արդյունքների նվաճմանը:

8.1. Ստուգողական խմբում տեխնիկական պատրաստվածության մակարդակը բարելավել է 0.97 միավորով: Անդրադառնալով փորձարարական խմբի տվյալներին կարելի է նշել, որ գիտափորձի ավարտին պատանի ըմբիշների տեխնիկական պատրաստվածության մակարդակը երկու անգամ ավելի է բարելավվել՝ կազմելով 2.32 միավոր:

8.2. Փորձարարական մեթոդիկայի կիրառումը հնարավորություն ընձեռեց պարզաբանել դրա ներգործության չափաբաժինը պատանի հունահռոմեական ըմբիշների առանձնացված 15 առավել կարևոր տեխնիկական հնարքների վրա: Չգայի բարելավում արձանագրվել է «Տապալում ոլորումով՝ բռնած մրցակիցի ձեռքը և գլուխը» 1.44 միավոր և «Փոխադրում պտուտակածն՝ բռնած մրցակցի ձեռքը» տեխնիկական հնարքում՝ 1.37 միավոր, իսկ ամենափոքր դրական տեղաշարժերը կապված են «Տապալում՝ բռնած մրցակցի իրանը»՝ 0.61 միավոր և «Տապալում՝ բռնած մրցակցի ձեռքը թևատակում»՝ 0.74 միավոր:

8.3. Փորձարարական խմբի պատանի մարզիկների տեխնիկական պատրաստվածության ավելի բարձր մակարդակը դրական անդրադարձավ նաև մրցումների արդյունքների վրա: Ստուգողական խմբի համեմատ՝ փորձարարական խմբի մարզիկները Հայաստանի Հանրապետության տարբեր մրցաշարերում 1-ին տեղում ունեին 5 մարզիկ ավել, 2-րդ տեղում՝ 4:

Ատենախոսության հիմնական դրույթները ներկայացված են հեղինակի հրատարակած հետևյալ աշխատություններում.

1. Ա.Ս.,Դավթյան, Ա.Ա., Չատինյան Ընթշամարտի տարբեր ձևերի ներգործությունը պատանի մարզիկների շարժումների ճշգրտության վրա: Միջազգային 41-րդ համաժողովի գիտական հոդվածների ժողովածու - Եր., 2014, էջ 119-124:

2. Давтян А.С., Чатинян А.А., Точность движений как показатель технической подготовленности борцов; //Материалы XIX международного научного конгресса «Олимпийский спорт и спорт для всех», Ереван, 2015 С. 425-428.

3. Ա.Ս.,Դավթյան Շարժումների ճշգրտությունը պատանի ըմբիշների ֆիզիկական պատրաստության համակարգում, Մանկավարժական միտք, 3-4, Զանգակ հրատարակչություն, 2016, էջ 177-182:

4. Ա.Ս., Դավթյան Մասնագետների տեսակետները պատանի մարզիկների առաջատար շարժողական ընդունակությունների վերաբերյալ; Մանկավարժական միտք, 3-4, Զանգակ հրատարակչություն, 2017, էջ 512-515:

5. Ա.Ս., Դավթյան Պատանի ըմբիշների տեխնիկական հնարքների կատարելագործման ուղիները, Խ. Աբովյանի անվան հայկական պետական մանկավարժական համալսարանի գիտական տեղեկագիր, հումանիտար գիտություններ №4 33, Եր., 2017, էջ 18-23:

6. Давтян А.С., Чатинян А.А., Некоторые аспекты совершенствования технической подготовленности юных борцов; //Наука и спорт: Современные тенденции //Научно-теоретический журнал № 2(Том 15), Казань, 2017с.10-16.

7. Давтян А. С., Эффективность методики совершенствования технических приемов юных борцов; //Апробация ежемесячный научно-практический журнал, № 2 62, М., 2018 С. 71-77.

ДАВТЯН АРТЕМ СЕЙРАНОВИЧ
ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫХ
ПРИЕМОМ ЮНЫХ БОРЦОВ НА ОСНОВЕ
ИСПОЛЬЗОВАНИЯ МЕТОДИКИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ
ТОЧНОСТИ ДВИЖЕНИЙ

13.00.02 – Диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности «Методика преподавания и воспитания» (физическая культура).

Защита диссертации состоится 22 июня в 14⁰⁰, на заседании специализированного педагогического совета 065 ВАК при ЕГУ Адрес: 0025, г. Ереван, ул. Абовяна 52а, 8 корпус ЕГУ, аудитория номер 203.

РЕЗЮМЕ

Актуальность исследования. В борьбе залог успеха в соревновательной схватке-высокий уровень развития различных сторон подготовленности. В связи с этим повышается необходимость выявления тренерами и специалистами новых методов, средств, подходов и форм организации, направленных на повышение эффективности процесса тренировки.

Этот процесс подразумевает также повышение точности выполнения технических приемов, в результате которого спортсмен может в условиях соревнований проявить высокую эффективность действий.

Изучение нетрадиционных подходов в процессе совершенствования технических приемов юных борцов актуально и является одним из важных направлений научных исследований.

Цель исследования: на основании методики совершенствования точности движений повысить эффективность совершенствования выполнения специализированных приемов юных борцов, способствовать улучшению спортивных результатов в соревновательных поединках.

Научная новизна исследования:

- Обоснован новый подход повышения эффективности специализированных приемов юных борцов, который предусматривает использование методики совершенствования точности движений.

- Выявлена степень воздействия экспериментальной методики на эффективность выполнения отдельных технических приемов.

- Определен характер взаимосвязи разных проявлений точности движений и технических приемов борцов.

Основные положения, выносимые на защиту:

1. В системе физической подготовки теории спортивной борьбы выделен круг ведущих пяти двигательных способностей, в которых не включена точность движений.

2. Мнение ведущих тренеров республики относительно важности точности движений в системе подготовки предполагает новый подход совершенствования технической подготовленности юных борцов.

3. Взаимосвязь технической подготовленности юных греко-римских борцов и различных проявлений точности движений свидетельствует о важном значении данной способности в процессе совершенствования технических приемов и указывает также на нетрадиционный подход повышения эффективности выполнения специализированных приемов.

4. Методика совершенствования технических приемов юных греко-римских борцов, основу которой составляют комплексы специальных физических (психомоторных) упражнений.

Теоретическая значимость исследования. Выявлены различные аспекты технической подготовки юных спортсменов, а также расширены знания специалистов относительно методики совершенствования точности движений юных борцов.

Практическая значимость исследования. Полученные в результате исследования данные о точности дифференцировки характеристик движений юных спортсменов и их сопоставление с экспертными оценками могут стать теми объективными критериями, которые позволят грамотно организовать процесс повышения эффективности специализированных приемов юных борцов.

Структура и объем диссертации. Работа изложена на 136 компьютерных страницах, состоит из введения, трех глав, выводов и приложения, включает 21 таблицу, 18 графиков, 8 рисунков, 11 приложений. Список использованной литературы насчитывает 128 библиографический первоисточник.

DAVTYAN ARTYOM SEYRAN
ENHANCEMENT OF EFFICIENCY OF YOUNG WRESTLERS’
SPECIAL TRICKS BY USING THE METHODS OF PERFECTION
OF MOVEMENT ACCURACY

Academic degree thesis of the Candidate of Pedagogic Sciences in the field of 13.00.02 – “Methods of Teaching and Upbringing” (Physical Culture).

The defense of the thesis is to take place on June 22, 2018 at 2 PM in the 065 Professional Board of Pedagogy of Higher Qualification Commission operating within the Yerevan State University.

Address: 0025 Yerevan, Abovyan 52a, Auxiliary Building N.8 of Yerevan State University, Auditorium N. 203.

SUMMARY

THE RELEVANCE OF THE RESEARCH. The success of the wrestling competition is the high level of different levels of preparedness. This necessitates increasing the need for coaches and professionals to introduce new methods, tools, innovative approaches and ways of organization so as to enhance the efficiency of the training process.

This process also presumes enhancement of the accuracy of performing technical skills, as a result of which an athlete can demonstrate high efficiency of actions in the competitive environment.

Study of non-traditional approaches in the process of improving the technical skills of young wrestlers is topical and is regarded as one of the most important directions.

THE PURPOSE OF THE RESEARCH. The aim of the research is to enhance the efficiency of young wrestlers’ professional skills on the basis of the method for improvement of accuracy of movements, to promote perfection of the sporting results in the competitive wrestlings.

THE SCIENTIFIC NOVELTY OF THE RESEARCH.

- A new approach to enhancing the effectiveness of young wrestlers’ professional skills has been substantiated, which envisages the application of methods for improving the accuracy of movements.

- The amount of influence of the experimental methods upon the efficiency of performing individual technical skills has been revealed.

- The nature of interconnection of various manifestations of accuracy of wrestlers' movements and the technical skills has been clarified.

BASIC PROVISIONS FOR DEFENSE

1. The range of the leading five motor skills of the athlete's physical training system is covered in the theory of wrestling, in which the accuracy of movements is not included.

2. The viewpoint of the leading wrestling coaches of the republic as regards the importance of accuracy of movements in the training system outlines a new approach of improvement of young wrestlers' technical training.

3. The interconnection of the technical training of Greco-Roman young wrestlers and various manifestations of accuracy of movements is evidenced in the process of implementation of technical skills about the important significance of such skill and outlines a non-traditional approach of implementation of the professional skills.

4. The method of improvement of the technical skills of young Greco-Roman wrestles, which is based on the set of special physical (heart-stirring) drills.

THE THEORETICAL IMPORTANCE OF THE RESEARCH. The viewpoints of young athletes' technical training have been revealed, as well as the knowledge of the specialists regarding the improvement of accuracy of movements of young wrestlers has been broadened.

THE PRACTICAL IMPORTANCE OF THE RESEARCH. The data of accuracy of differentiation of the characteristics of young athlete's movements and their combination with the expert evaluations obtained as a result of the research may become the objective criteria, which will enable to guide the process of improvement of efficiency of the professional skills of young wrestlers.

THE STRUCTURE AND VOLUME OF THE DISSERTATION. The thesis consists of 136 computer pages. It is composed of the introduction, three chapters, conclusions and appendix. It includes 21 tables, 18 drawings, 8 pictures, 11 appendices. The list of literature covers 128 professional sources.