

ЕКСПЕРТНА ОЦІНКА ТРЕНЕРАМИ ОРГАНІЗАЦІЇ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ СТИБУНІВ У ВИСОТУ 14–15 РОКІВ.

Ірина ДЕМИДОВА

Миколаївський державний педагогічний університет

Вступ. Легка атлетика завжди була одним з провідних видів спорту в Україні. Особливе місце займав такий її вид, як стрибок у висоту, де наша країна мала славетні традиції. Достатньо згадати такі, всесвітньо відомі, імена, як В.Ситкін, В.Брумель, В.Яценко, Г.Авдеєнко, О.Дем'янюк, які свідчать, що в Україні існувала дуже сильна та самобутня школа підготовки стрибунів найвищого гатунку.

На жаль, на сьогодні в Україні дещо знизився рівень стрибкових досягнень. До світової стрибкової еліти входить, мабуть, лише вінничанин А.Соколовський (235 см). Не втішають своїми результатами й молоді стрибунки.

Щоб зберегти завойовані позиції у стрибках у висоту та підняти їх на якісно новий рівень, необхідно удосконалювати процес спортивної підготовки.

Метою нашої роботи було в межах роботи здійснити спробу з'ясувати думку українських тренерів юних стрибунів у висоту з ряду питань, що стосуються різних аспектів тренувального процесу на етапі спеціалізованої базової підготовки.

Була складена анкета із 17 пунктів. Анкета містила 13 питань. Питання за формою відповідей були закриті та відкриті, прямі, безумовні та умовні. (3, 4, 5).

До початку анкетування складена анкета була піддана експертній оцінці провідних тренерів, заслужених тренерів України, та удосконалена у відповідності із зауваженнями експертів. Застосовувалося особисте анкетування, що передбачає заповнення анкети розробленої анкети респондентом у присутності дослідника (3, 5).

При складанні анкети ставився ряд завдань, в тому числі:

- з'ясувати, наскільки думка тренерів відносно кваліфікації, кількості тренувань за тиждень, тривалості одного тренування стрибунів 14-15 років співпадає із вимогами нормативних документів ДЮСШ, СДЮШОР та ШВСМ (1, 2);
- чи керуються тренери при плануванні тренувальних навантажень юних стрибунів у висоту;
- ступінь використання тренерами навчальної програми для ДЮСШ, СДЮШОР та ШВСМ (1) для планування тренувальних навантажень.

Анкетування проводилося у 2002 році під час юнацьких та юніорських чемпіонатів України з легкої атлетики, а також на Всеукраїнському турнірі із стрибків "Таврійські ігри" (м. Херсон) та міжнародних змаганнях з легкоатлетичних стрибків "Меморіал Ігоря Іваницького" (м. Львів). Всього було опитано 26 фахівців. 24 з них мають вищу освіту, 2 – середню вищу. Стаж роботи на час опитування склав: у 7 тренерів - до 10 років, у 10 – до 20 років і у 9 - понад 20 років.

Для обробки отриманих даних використовувалося обчислення відсоткового співвідношення різних за змістом відповідей (4).

Сторінно кваліфікації юних стрибунів, більшість фахівців вважають, що вона повинна бути в межах III та II спортивних розрядів. Такої думки притримуються 57,7% фахівців. 34,6% тренерів вважають, що стрибунки 14-15 років на етапі базової спеціалізованої підготовки мають виконувати більш вищі нормативи – II та I спортивних

розрядів. А 7,7% респондентів вказали на значно нижчий рівень кваліфікації – I юнацький та III спортивний розряди.

Наступне питання стосувалося кількості тренувальних занять на тиждень. Більшість фахівців (77,0%) висловилися за необхідність 5-6 тренувань. 23,0% опитуваних вважають доцільним проводити 4-5 тренувальних занять.

53,8% спеціалістів вказали, що тривалість одного тренувального заняття на означеному етапі підготовки має складати від 90 до 120 хв., тобто 2 – 2,7 академічних години, а 46,2% назвали дещо інші межі тривалості – від 135 до 180 хв., що становить від 3 до 4 академічних годин.

Для планування тренувальних навантажень юних стрибунів у висоту 80,8% спеціалістів використовують науково-методичні джерела, 61,5% покладаються на власний досвід і 19,2% опитуваних користуються ще й досвідом провідних фахівців галузі та колег. (Відповідаючи на це питання, респонденти досить часто обирали декілька відповідей із запропонованих варіантів).

На питання, яке стосувалося ступеню використання для планування тренувальних навантажень навчальної програми для ДЮСШ, СДЮШОР та ШВСМ, були отримані такі відповіді:

- для планування навантажень користуюсь виключно програмою – 0 респондентів;
- користуюся програмою більш, ніж на 50% - 1 респондент (3,8%);
- користуюся програмою менш, ніж на 50% - 5 респондентів (19,2%);
- майже не користуюся – 8 респондентів (30,8%);
- не користуюся взагалі – 12 респондентів (46,1%).

Анкетування дозволило виявити різні точки зору в плані вирішення ряду нормативних питань спортивної підготовки, планування тренувальних навантажень річному циклі юних стрибунів, та визначити орієнтири, які ми намагалися використовувати при організації і проведенні подальшої роботи по означеній проблемі. Виходячи з отриманих даних анкетування, можна зробити наступні висновки:

1. Більшість опитаних тренерів вважають, що кваліфікація стрибунів у висоту 14-15 років має відповідати III – II спортивного розрядів, що не узгоджується з нормативними положеннями “Виписки з навчальної програми для ДЮСШ, СДЮШОР та ШВСМ” з легкої атлетики. Згідно з програмою, стрибуни 14-15 років мусять мати кваліфікацію II – I юнацьких розрядів, а 15 – 16 років – I юнацький та III спортивний розряди.

2. На думку більшості респондентів, тривалість одного тренувального заняття юних стрибунів знаходиться в межах 90 – 120 хв., тобто 2 – 2,7 академічних годин. Таких занять має бути 5 – 6 на тиждень. Отримані дані, у середньому 12,9 год. на тиждень, мають розбіжність у 1,1 год., або 7,8%, у порівнянні із нормативними вимогами, які передбачають для спортсменів 14-15 років 14 годин тренувальних занять на тиждень.

3. 76,9% всіх опитуваних фахівців майже не користуються, чи не користуються для планування тренувальних навантажень стрибунів 14-15 років навчальною програмою для ДЮСШ, СДЮШОР та ШВСМ. Більшість тренерів для планування навантажень використовує навчально-методичні джерела та власний досвід, що свідчить про застарілість та невідповідність навчальної програми для груп 14-15-річних стрибунів у висоту ДЮСШ та СДЮШОР сьогоденним вимогам легкоатлетичного спорту.

Література

1. Коробов А.В., Городенцев В.Н.. Легкая атлетика. Поурочная программа для ДЮСШ и СДЮШОР. Москва: Госкомспорт СССР, 1986. – 280 с.
2. Легка атлетика. Виписка з навчальної програми для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ. К.: Державний комітет молодіжної політики, спорту і туризму України, 2001 р. – С. 4-9.
3. Самарин Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании. – Москва: “Физкультура и спорт”, 1978. – 223 с.
4. Шейко В.М., Кушнарченко Н.М. Організація та методика науково-дослідницької діяльності. К.: “Знання-Прес”, 2002. – С. 80 – 116.
5. Булгаков И.А. Анкетный опрос как общение социолога с респондентами. Москва: “Высшая школа”, 1989. – 176 с.

ANALYSIS OF HIGH-JUMPER'S OF 14 - 15 YEARS AGE COUCHES INTERROGATION

Irina DEMIDOVA

Nikolaev state university

In the article is made the attempt to realize with interrogation the opinion of Ukrainian couches on questions in sports preparing the young high-jumpers.

МОДЕЛЬ СУЧАСНОГО ФУТБОЛІСТА

Андрій ДУЛІБСЬКИЙ

Львівський державний інститут фізичної культури

Актуальність. Практика підготовки провідних команд з футболу засвідчує необхідність застосування різноманітних моделей і методів моделювання в найсучаснішому виді спорту. Можливості методів моделювання реалізуються на високому рівні підготовки футболістів. За допомогою модельного експерименту з'являється додаткова можливість отримання повної характеристики не тільки про футболіста, але і про підбір спеціальних навчальних методик [2]. Проте для того, щоб отримати бажаного результату, необхідно виконати низку умов, серед яких:

- 1. встановити мету моделювання;
 - 2. визначити межі умов, тобто яким чином буде здійснюватися перехід від реальності до моделі та навпаки;
 - 3. визначити основні параметри числових значень моделі;
 - 4. встановити наявність взаємозв'язків між параметрами [1].
- Моделі, які використовуються у спорті поділяються на дві основні групи.
- **Першу групу входять:**