

РОЗВИТОК ВИТРИВАЛОСТІ ЯК ЧИННИК ДИФЕРЕНЦІЙОВАНОГО ВПЛИВУ НА ЮНИХ ЛЕГКОАТЛЕТІВ, СХИЛЬНИХ ДО РОБОТИ ШВИДКІСНО-СИЛОВОГО ХАРАКТЕРУ

Сергій ВОРОПАЙ, Євген МИЦЕНКО

Кіровоградський інститут розвитку людини „Україна”

Анотація. У статті розглядається питання спортивного відбору юних легкоатлетів 9 – 11 років на етапі початкової підготовки. Розглядається проблема ранньої спеціалізації легкоатлетів до роботи швидкісно-силового характеру або такої, що спрямована на розвиток витривалості. Розглядається вплив тренувального навантаження аеробної спрямованості на стан рухової функції юних легкоатлетів, схильних до роботи швидкісно-силового характеру, та спортсменів, схильних до роботи на витривалість.

Ключові слова: спеціалізація, відбір, результат.

Актуальною останнім часом є проблема визначення схильності людини до роботи того чи іншого характеру. Необхідно виявити конкретні рухові здібності та допомогти зорієнтувати дитину вже в 9 – 11 років на вибір того чи іншого виду рухової активності, що є нелегким завданням.

Деякі дослідження в цьому напрямку базуються на функціональних та інших можливостях спортсменів, визначаючи їх прогностичність на основі кореляції зі спортивним результатом [1, 6]. Водночас, аналізуючи сучасний стан питання, ми не виявили праці щодо визначення майбутньої схильності до швидкісно-силової роботи або роботи на витривалість у юних легкоатлетів-бігунів.

Деякі фахівці [4, 5] вважають, що визначення прогностичності різних ознак має лежати в основі розробки сучасних методик відбору, і є найменш розробленим аспектом. У зв'язку з цим існує недостатнє обґрунтування взаємозв'язку різних ознак, на основі яких створюються модельні характеристики спортсменів-початківців [3].

У теорії і практиці спортивного тренування визначено, що управління багаторічним спортивно-тренувальним процесом можливе лише при комплексному підході до оцінювання спортивної придатності [8, 7].

Спортивний результат – інтегральний показник, але він не відіграє вирішальної ролі при оцінюванні індивідуальних можливостей юних спортсменів на етапі початкової підготовки. Таке оцінювання обов'язкове, як при відборі в ДЮСШ, так і в процесі тренувальних занять. Більшість дослідників єдині в тому, що спортивні здібності є комплексом рухових і психомоторних проявів, що мають складну динамічну структуру і формуються при постійній взаємодії генетичних чинників та чинників середовища [2].

Метою роботи є вивчення стану рухової функції окремо двох груп юних легкоатлетів-бігунів: зі схильністю до роботи швидкісно-силового характеру та до роботи на витривалість під впливом тренування, спрямованого на розвиток витривалості.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення; педагогічний експеримент з використанням інструментальних методик; методи математичної статистики.

Організація дослідження. Під час дослідження було експериментально перевірено вплив переважно аеробного навантаження на стан рухової функції двох груп осіб: схильних до роботи швидкісно-силового характеру з одного боку та роботи на витривалість із другого. До першої групи „А” увійшли юні легкоатлети з переважною схильністю до роботи швидкісно-силового характеру; до другої групи „Б” – такі, що відзначалися схильністю до роботи на витривалість.

Під час експерименту використовувалися тренувальні програми, що містили 70 % засобів спрямованих на розвиток витривалості, і 30 % таких, що стимулюють розвиток швидкісно-силових якостей.

Унаслідок того, що обидві групи були експериментальними, результати досліджень оцінювалися за темпами зростання показників у кожній групі окремо.

Результати дослідження та їх аналіз. В таблиці 1 наведені значення показників, що відображають стан специфічних здібностей юних легкоатлетів до і після виконання програми досліджень. Із даних, поданих у таблиці, видно, що показники загальних оцінок стану специфічних здібностей поліпшуються в обох групах. Так, в групі „А” показник загальної оцінки зріс на 5,6 %, а в групі „Б” – на 16,7 %. Найбільше зростання серед окремих показників специфічних здібностей було у рівні розвитку аеробної витривалості. В групі „Б” він становить 18,6 %. Швидкісні здібності поліпшилися в групі „А” на 11 %, а в групі „Б” – на 5 %. Найменше збільшення в групі „А” спостерігалось у розвитку вибухової сили – 0,4 %.

Відмінності за параметрами, що відображають стан специфічних здібностей юних легкоатлетів на початку застосування тренувального навантаження, орієнтованого на переважний розвиток витривалості, і наприкінці становлять в групі „А” – 3,8 %, а в групі „Б” – 11,1 %. Із даних, поданих у таблиці 2, видно, що показник аеробної витривалості в групі „Б” достовірно поліпшився ($P < 0,05$).

Таблиця 1

Показники стану специфічних здібностей юних легкоатлетів до і після виконання тренувального навантаження, спрямованого на розвиток витривалості

Показники	Групи	Початкові дані	Кінцеві дані	ΔX	Темп зростання (%)	P
Вибухова сила (см)	„А”	$\frac{180 \pm 8,2}{4,5}$	$\frac{180,7 \pm 8,9}{4,9}$	0,7	0,4	<0,05
	„Б”	$\frac{188,2 \pm 13,3}{7,1}$	$\frac{190,4 \pm 13,4}{7,0}$	2,2	1,1	<0,05
Аероб витривалість (м)	„А”	$\frac{1262 \pm 147,9}{11,7}$	$\frac{1300 \pm 182,6}{14,0}$	38	3	>0,05
	„Б”	$\frac{1196 \pm 98,2}{8,2}$	$\frac{1419 \pm 190,5}{12,8}$	28,3	18,6	>0,01
Швидкісні здібності (с)	„А”	$\frac{4,7 \pm 0,06}{1,2}$	$\frac{4,8 \pm 0,09}{1,8}$	-3,4	11	<0,05
	„Б”	$\frac{5,0 \pm 0,08}{1,5}$	$\frac{5,1 \pm 0,08}{1,6}$	1,4	5	<0,05

Під впливом тренувального навантаження, що відповідає типологічним особливостям юних спортсменів, спостерігається позитивне зростання результатів більшості показників в обох дослідних групах (табл. 2). Так, рівень загальної оцінки стану психофізіологічних можливостей в середньому поліпшився в групі „А” на 16,0 %, а в групі „Б” – на 20,9 %. Найбільше поліпшення стану окремих компонентів психофізіологічних можливостей юних легкоатлетів експериментальних груп спостерігав в показниках: рефлексометрії група „А” – 4,2 %, група „Б” – 1,3 %, рухливості нервової системи, група „А” – 16,1 %, а група „Б” – 3,1 %.

Таблиця 2

Показники стану психофізіологічних можливостей легкоатлетів до і після виконання тренувальних навантажень, спрямованих на розвиток витривалості

Показники	Групи	Початкові дані	Кінцеві дані	ΔX	Темпи приросту (%)	P
Рухливість нервової системи Т.-т. 10 з	„А”	$\frac{59 \pm 4,8}{8,1}$	$\frac{49,5 \pm 6,2}{12,5}$	=9,5	16,1	<0,05
	„Б”	$\frac{57,4 \pm 8,7}{15,1}$	$\frac{55,6 \pm 8,9}{16,0}$	-1,8	3,1	>0,05
ЧВ 30 з	„А”	$\frac{23,7 \pm 5,4}{22,8}$	$\frac{24,7 \pm 4}{16,2}$	1	4,2	>0,05
	„Б”	$\frac{30 \pm 4,9}{16,3}$	$\frac{33,4 \pm 2,9}{8,7}$	3,4	11,3	>0,01
Рефлексометрія (млс)	„А”	$\frac{47,7 \pm 4,3}{9,0}$	$\frac{39,5 \pm 9,5}{24,0}$	-8,2	17,2	>0,05
	„Б”	$\frac{45,2 \pm 5,4}{11,9}$	$\frac{38,8 \pm 6,6}{17,0}$	-6,4	14,2	>0,05
Сила нервової системи Т.-т. 30 з	„А”	$\frac{155,2 \pm 11,1}{7,1}$	$\frac{145,2 \pm 10,5}{7,2}$	-10	6,4	>0,05
	„Б”	$\frac{144,8 \pm 16,8}{11,6}$	$\frac{145,4 \pm 15,2}{10,4}$	0,6	0,4	<0,05
ВЧЗР	„А”	$\frac{20,7 \pm 3,8}{18,3}$	$\frac{20,5 \pm 2,4}{11,7}$	-0,02	1	>0,05
	„Б”	$\frac{22,8 \pm 4,3}{18,9}$	$\frac{22,9 \pm 3,8}{16,6}$	0,1	0,4	>0,05

Відмінності в параметрах, що відображають стан психофізіологічних можливостей легкоатлетів на початку виконання тренувальної програми і в кінці, в середньому становлять у групі „А” 6,4 %, а в групі „Б” – 8,4 %. Аналіз поданого матеріалу показав, що у показниках психофізіологічних можливостей до і після тренувальних впливів здебільшого не виявлено достовірних відмінностей ($P > 0,05$).

У таблиці 3 подані значення показників, які відображають стан функціональної системи енергозабезпечення до і після тренувальних дій, що відповідають типологічним особливостям юних легкоатлетів. Рівень загальної оцінки становить в середньому в групі „А” – 57,0 %, а в групі „Б” – 66,9%. При аналізі отриманих даних виявлено, що в групі „А” найбільші зміни спостерігалися у параметрах: W кр. Вт/кг – 25,6 %, W кр.Вт – 25,2 %, рухливості – 13,6 %, W кр.Вт – 7,7 %. У групі „Б” найбільші зміни спостерігали у таких параметрах: W кр. Вт/кг – 23,3 %, АЕЛ після роботи – 6,3 %, рухливості – 11,3 %.

Таблиця 3

Показники стану психофізіологічних можливостей легкоатлетів до і після виконання тренувальних навантажень, спрямованих на розвиток витривалості

Показники	Групи	Початкові дані	Кінцеві дані	ΔX	Темп приросту (%)	P
АЛАП, (Вт)	„А”	$\frac{178,6 \pm 50,9}{28,5}$	$\frac{192,5 \pm 39,9}{20,7}$	13,9	7,7	<0,05
	„Б”	$\frac{144 \pm 58,9}{40,9}$	$\frac{150,4 \pm 57,4}{38,2}$	6,4	4,4	<0,05
АЛАП (Вт/кг)	„А”	$\frac{5,6 \pm 1,2}{21,4}$	$\frac{5,9 \pm 1,1}{18,6}$	0,3	5,3	>0,05
	„Б”	$\frac{3,8 \pm 1,2}{31,6}$	$\frac{3,9 \pm 1,0}{25,6}$	0,1	0,1	>0,01
ЛАП, (Вт)	„А”	$\frac{134,3 \pm 32,2}{23,9}$	$\frac{131,5 \pm 31,1}{23,6}$	-2,8	2,1	<0,05
	„Б”	$\frac{155,6 \pm 32,2}{20,7}$	$\frac{153,3 \pm 35,9}{23,4}$	-2,3	1,5	<0,05
ЛАП, (Вт/кг)	„А”	$\frac{4,2 \pm 0,8}{19,0}$	$\frac{4,05 \pm 0,7}{17,3}$	-0,1	3,5	>0,05
	„Б”	$\frac{4,2 \pm 0,4}{9,5}$	$\frac{4,0 \pm 0,5}{12,5}$	-0,2	4,8	>0,05
W кр, (Вт)	„А”	$\frac{86,1 \pm 10,4}{12,1}$	$\frac{64,4 \pm 53,1}{82,4}$	-21,7	25,2	<0,05
	„Б”	$\frac{100,9 \pm 37,6}{37,3}$	$\frac{93,9 \pm 56,3}{59,9}$	-7	6,9	<0,05
W кр, (Вт/кг)	„А”	$\frac{2,7 \pm 0,2}{7,4}$	$\frac{1,9 \pm 1,5}{78,9}$	-0,8	25,6	>0,05
	„Б”	$\frac{3,6 \pm 0,9}{25}$	$\frac{2,4 \pm 1,2}{50}$	-1,2	33,3	>0,05
ЖЕЛ після роботи	„А”	$\frac{1950 \pm 129,1}{6,6}$	$\frac{1850 \pm 129,1}{6,9}$	-100	5,1	>0,05
	„Б”	$\frac{2220 \pm 349,3}{15,7}$	$\frac{2080 \pm 294,9}{14,2}$	-140	6,3	>0,05
ЧСС у спокої	„А”	$\frac{83 \pm 12}{14,4}$	$\frac{82,5 \pm 10,4}{12,6}$	-0,5	0,6	>0,05
	„Б”	$\frac{76,8 \pm 5,8}{7,5}$	$\frac{75 \pm 3,8}{5,0}$	1,8	3,3	>0,05

t відновлення (с)	„А”	$\frac{165 \pm 17,3}{10,5}$	$\frac{142,5 \pm 15}{10,5}$	-22,5	13,6	<0,05
	„Б”	$\frac{156 \pm 25,1}{16,1}$	$\frac{138 \pm 16,4}{11,9}$	-18	11,3	<0,05

Менш виражені зміни були в групі „А”: економічність – 0,6 % і ЛАП Вт – 2,1 %. Відмінності у параметрах, що відображають стан функціональної системи енергозабезпечення на початку застосування тренувальних дій і в кінці, становлять в групі „А” – 12,7 %, а в групі „Б” – 14,9 %.

Аналіз даних в експериментальних групах показав, що показники АЛАП Вт., ЛАП В1, В2, В3, В4, В5, В6, В7, В8, В9, В10, В11, В12, В13, В14, В15, В16, В17, В18, В19, В20, В21, В22, В23, В24, В25, В26, В27, В28, В29, В30, В31, В32, В33, В34, В35, В36, В37, В38, В39, В40, В41, В42, В43, В44, В45, В46, В47, В48, В49, В50, В51, В52, В53, В54, В55, В56, В57, В58, В59, В60, В61, В62, В63, В64, В65, В66, В67, В68, В69, В70, В71, В72, В73, В74, В75, В76, В77, В78, В79, В80, В81, В82, В83, В84, В85, В86, В87, В88, В89, В90, В91, В92, В93, В94, В95, В96, В97, В98, В99, В100, В101, В102, В103, В104, В105, В106, В107, В108, В109, В110, В111, В112, В113, В114, В115, В116, В117, В118, В119, В120, В121, В122, В123, В124, В125, В126, В127, В128, В129, В130, В131, В132, В133, В134, В135, В136, В137, В138, В139, В140, В141, В142, В143, В144, В145, В146, В147, В148, В149, В150, В151, В152, В153, В154, В155, В156, В157, В158, В159, В160, В161, В162, В163, В164, В165, В166, В167, В168, В169, В170, В171, В172, В173, В174, В175, В176, В177, В178, В179, В180, В181, В182, В183, В184, В185, В186, В187, В188, В189, В190, В191, В192, В193, В194, В195, В196, В197, В198, В199, В200, В201, В202, В203, В204, В205, В206, В207, В208, В209, В210, В211, В212, В213, В214, В215, В216, В217, В218, В219, В220, В221, В222, В223, В224, В225, В226, В227, В228, В229, В230, В231, В232, В233, В234, В235, В236, В237, В238, В239, В240, В241, В242, В243, В244, В245, В246, В247, В248, В249, В250, В251, В252, В253, В254, В255, В256, В257, В258, В259, В260, В261, В262, В263, В264, В265, В266, В267, В268, В269, В270, В271, В272, В273, В274, В275, В276, В277, В278, В279, В280, В281, В282, В283, В284, В285, В286, В287, В288, В289, В290, В291, В292, В293, В294, В295, В296, В297, В298, В299, В300, В301, В302, В303, В304, В305, В306, В307, В308, В309, В310, В311, В312, В313, В314, В315, В316, В317, В318, В319, В320, В321, В322, В323, В324, В325, В326, В327, В328, В329, В330, В331, В332, В333, В334, В335, В336, В337, В338, В339, В340, В341, В342, В343, В344, В345, В346, В347, В348, В349, В350, В351, В352, В353, В354, В355, В356, В357, В358, В359, В360, В361, В362, В363, В364, В365, В366, В367, В368, В369, В370, В371, В372, В373, В374, В375, В376, В377, В378, В379, В380, В381, В382, В383, В384, В385, В386, В387, В388, В389, В390, В391, В392, В393, В394, В395, В396, В397, В398, В399, В400, В401, В402, В403, В404, В405, В406, В407, В408, В409, В410, В411, В412, В413, В414, В415, В416, В417, В418, В419, В420, В421, В422, В423, В424, В425, В426, В427, В428, В429, В430, В431, В432, В433, В434, В435, В436, В437, В438, В439, В440, В441, В442, В443, В444, В445, В446, В447, В448, В449, В450, В451, В452, В453, В454, В455, В456, В457, В458, В459, В460, В461, В462, В463, В464, В465, В466, В467, В468, В469, В470, В471, В472, В473, В474, В475, В476, В477, В478, В479, В480, В481, В482, В483, В484, В485, В486, В487, В488, В489, В490, В491, В492, В493, В494, В495, В496, В497, В498, В499, В500, В501, В502, В503, В504, В505, В506, В507, В508, В509, В510, В511, В512, В513, В514, В515, В516, В517, В518, В519, В520, В521, В522, В523, В524, В525, В526, В527, В528, В529, В530, В531, В532, В533, В534, В535, В536, В537, В538, В539, В540, В541, В542, В543, В544, В545, В546, В547, В548, В549, В550, В551, В552, В553, В554, В555, В556, В557, В558, В559, В560, В561, В562, В563, В564, В565, В566, В567, В568, В569, В570, В571, В572, В573, В574, В575, В576, В577, В578, В579, В580, В581, В582, В583, В584, В585, В586, В587, В588, В589, В590, В591, В592, В593, В594, В595, В596, В597, В598, В599, В600, В601, В602, В603, В604, В605, В606, В607, В608, В609, В610, В611, В612, В613, В614, В615, В616, В617, В618, В619, В620, В621, В622, В623, В624, В625, В626, В627, В628, В629, В630, В631, В632, В633, В634, В635, В636, В637, В638, В639, В640, В641, В642, В643, В644, В645, В646, В647, В648, В649, В650, В651, В652, В653, В654, В655, В656, В657, В658, В659, В660, В661, В662, В663, В664, В665, В666, В667, В668, В669, В670, В671, В672, В673, В674, В675, В676, В677, В678, В679, В680, В681, В682, В683, В684, В685, В686, В687, В688, В689, В690, В691, В692, В693, В694, В695, В696, В697, В698, В699, В700, В701, В702, В703, В704, В705, В706, В707, В708, В709, В710, В711, В712, В713, В714, В715, В716, В717, В718, В719, В720, В721, В722, В723, В724, В725, В726, В727, В728, В729, В730, В731, В732, В733, В734, В735, В736, В737, В738, В739, В740, В741, В742, В743, В744, В745, В746, В747, В748, В749, В750, В751, В752, В753, В754, В755, В756, В757, В758, В759, В760, В761, В762, В763, В764, В765, В766, В767, В768, В769, В770, В771, В772, В773, В774, В775, В776, В777, В778, В779, В780, В781, В782, В783, В784, В785, В786, В787, В788, В789, В790, В791, В792, В793, В794, В795, В796, В797, В798, В799, В800, В801, В802, В803, В804, В805, В806, В807, В808, В809, В810, В811, В812, В813, В814, В815, В816, В817, В818, В819, В820, В821, В822, В823, В824, В825, В826, В827, В828, В829, В830, В831, В832, В833, В834, В835, В836, В837, В838, В839, В840, В841, В842, В843, В844, В845, В846, В847, В848, В849, В850, В851, В852, В853, В854, В855, В856, В857, В858, В859, В860, В861, В862, В863, В864, В865, В866, В867, В868, В869, В870, В871, В872, В873, В874, В875, В876, В877, В878, В879, В880, В881, В882, В883, В884, В885, В886, В887, В888, В889, В890, В891, В892, В893, В894, В895, В896, В897, В898, В899, В900, В901, В902, В903, В904, В905, В906, В907, В908, В909, В910, В911, В912, В913, В914, В915, В916, В917, В918, В919, В920, В921, В922, В923, В924, В925, В926, В927, В928, В929, В930, В931, В932, В933, В934, В935, В936, В937, В938, В939, В940, В941, В942, В943, В944, В945, В946, В947, В948, В949, В950, В951, В952, В953, В954, В955, В956, В957, В958, В959, В960, В961, В962, В963, В964, В965, В966, В967, В968, В969, В970, В971, В972, В973, В974, В975, В976, В977, В978, В979, В980, В981, В982, В983, В984, В985, В986, В987, В988, В989, В990, В991, В992, В993, В994, В995, В996, В997, В998, В999, В1000.

У таблиці 3 наведено інтегральні показники стану рухової функції юних легкоатлетів до і після виконання програми педагогічного експерименту. З даних, поданих у таблиці, видно, що в дослідних групах спостерігаються позитивні зміни в рівні стану рухової функції юних спортсменів. Так, в групі „А” інтегральний показник поліпшився на 3,99 %, а в групі „Б” – на 4,4 %.

Аналіз даних в експериментальних групах „А” і „Б” показав, що рівні інтегральних показників, по стану рухової функції до і після тренувальної програми (табл. 4.) мають достовірні відмінності (P<0,05).

Таблиця 4

Інтегральні показники стану рухової функції юних легкоатлетів до і після виконання навантажень, спрямованих на розвиток витривалості

Показники	Групи	Початкові дані (хб,у)	Кінцеві дані (хб,у ±)	ΔX	Темп приросту (%)	P
Інтегральний показник, (%)	„А”	$\frac{5,51 \pm 1,6}{29}$	$\frac{5,73 \pm 1,1}{19,2}$	0,22	3,99	<0,05
	„Б”	$\frac{6,22 \pm 1,0}{16,1}$	$\frac{5,96 \pm 1,2}{20,1}$	0,26	4,4	<0,05

Висновки

1. У результаті проведених досліджень впливу тренувальних навантажень різної спрямованості на рівень підготовленості юних легкоатлетів 9 – 11 років отримані нові дані, що розкривають особливості відбору й орієнтації юних спортсменів на етапі початкової підготовки.

2. Отримані відомості свідчать про те, що під впливом тренувальних навантажень тієї ж спрямованості спостерігаються позитивні зміни в стані рухової функції юних спортсменів. Підвищення рівня підготовленості при дії тренувального навантаження, орієнтованого на розвиток швидкісно-силових здібностей, відбувається на 6 – 7 %, при застосуванні навантаження, що спрямоване на переважний розвиток витривалості, (на 10 – 12 %).

Список літератури

1. Булгакова Н. Ж. Методика діагностики спортивних способностей на етапах селективної підготовки // : Тез. докл. Междунар. науч. конф. Спортивный отбор и ориентация в системе многолетней подготовки спортсменов, посвят. 100-летию Олимпийских игр – 1996. – С. 1.

2. Гужаловский А. А. Этапность развития физических качеств и проблема оптимизации физической подготовки детей школьного возраста : автореф. дис. ... д-ра. пед. наук. – М., 1979. – 26 с.

3. Золотарская И. Б. Оценка перспективности юных конькобежцев на этапе предварительной и специализированной базовой подготовки : автореф. дис. ... канд. пед. наук. – К., 1991. – 26 с.

4. Круцевич Т. Ю. Прогнозирование двигательных способностей детей при выборе спортивной специализации с учетом особенностей ВНД // Отбор и многолетнее планирование в спорте : Тез. докл. Респ. науч.-практ. конф. – Ивано-Франковск, 1986. – С. 21 – 22.

5. Лагоша Л. Д. Исследование прогностической значимости показателей физической и функциональной подготовленности подростков и юношей // Теория и практика физической культуры. – 1987. – № 9. – С. 40 – 44.

6. Мартиросов Э. Г. Методы исследования в спортивной антропометрии. – М. : Физкультура и спорт, 1982. – 199 с.

7. Платонов В. Н. Проблемы подготовки спортивного резерва и структура многолетней тренировки // Отбор и многолетнее планирование в спорте : Тез. докл. Респ. науч. конф. – Ивано-Франковск, 1986. – С. 27-28.

8. Платонов В. Н. Теория и методика спортивной тренировки. – К. : Высшая школа, 1984. – 350 с.

**РАЗВИТИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ
КАК ФАКТОР ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ
НА ЮНЫХ ЛЕГКОАТЛЕТОВ, ИМЕЮЩИХ СКЛОННОСТЬ
К РАБОТЕ СКОРОСТНО-СИЛОВОГО ХАРАКТЕРА**

Сергей ВОРОПАЙ, Евгений МИЦЕНКО

Кировоградский институт развития человека «Украина»

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы спортивного отбора юных легкоатлетов 9-11 лет на начальном этапе. Уделено внимание проблеме ранней специализации легкоатлетов для работы скоростного характера или на выносливость. Описывается состояние двигательной функции юных легкоатлетов со склонностью к работе скоростно-силового характера и спортсменов, склонных к работе на выносливость под влиянием тренировок направленных на развитие выносливости.

Ключевые слова: специализация, отбор, результат.

**DEVELOPMENT OF ENDURANCE
AS A FACTOR OF THE DIFFERENTIAL IMPACT ON YOUNG ATHLETES
WITH THE PROPENSITY TO WORK SPEED-POWER NATURE**

Sergey VOROPAY, Yevgeniy MITSENKO

Kirovograd Institute of Human Development «Ukraine»

Annotation. In the article the issues of selection of young sportsmen at the age of 9 – 11 years are considered. It focuses on the problem of early specialization of athletes developing speed or stamina. The condition of young athletes' moving function inclined to the work of speed, strength character and stamina work, under the influence of the training oriented towards the stamina development, is described.

Key words: selection, specialization, result.