

баскетболістів, следует связывать со способностью к многократному выполнению разнообразных соревновательных прыжков, что приводит, в конечном итоге, к более эффективной игровой деятельности.

Ключевые слова: соревновательная деятельность, баскетбол, скорость-сила способности.

THE AGE CHARACTERISTIC QUANTITATIVE AND QUALITY INDICATORS IN COMPETITIVE ACTIVITY OF YOUNG BASKETBALL PLAYERS OF 13-14 YEARS

Natalia NESTERENKO

The Dnipropetrovs'k state institute of physical culture and sports

Abstract. Many competitive actions of basketball players are connected with performance techniques of an attack and protection mainly with a jump that demands exclusively high level of development of speed and force abilities of the sportsman. With the years and improvement of professional skills amount of competitive activity the weight of game actions increases. It emphasizes, that growth of speed on a background of perfection of the basic parties of a motility of the sportsman, and first of all speed force readiness of basketball players, it is necessary to connect with ability to repeated performance various competitive jumps that leads, finally, more effective game activity.

Keywords: competitive activity, basketball, speed-power abilities.

ЕФЕКТИВНІСТЬ ЗАСТОСУВАННЯ ЗАСОБІВ КОНТРОЛЮ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ДІТЕЙ ВІКОМ 7 – 9 РОКІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ СПОРТИВНИМИ ТАНЦЯМИ

Тарас ОСАДЦІВ

Львівський державний інститут фізичної культури

Постановка проблеми. Контроль – невід’ємна складова процесу підготовки будь якого виду спорту[1,2]. Використання даних контролю дозволяє оптимізувати процес підготовки до змагальної діяльності, коректувати зміст навчально-тренувального процесу. У спортивних танцях розроблені критерії, контроль яких визначає ефективність навчально-тренувального процесу на різних етапах спортивного удосконалення[4].

Паралельне застосування етапного, поточного і оперативного видів контролю в процесі підготовки танцюристів, використання педагогічних, психологічних і медико-біологічних показників для всебічної підготовленості, змісту навчально-тренувального процесу і змагальної діяльності спортсменів – це ключ для досягнення високих спортивних результатів[3].

Однак, варто зазначити, що найбільш вагомим показником підготовленості танцюристів, є рівень технічної майстерності. Тому метою роботи стало дослідження ефективності застосування засобів контролю за рівнем технічної підготовленості дітей віком 7 – 9 років, які займаються спортивними танцями.

Контроль технічної підготовленості при виконанні танців як американської, так і європейської програм повинен враховувати велику кількість компонентів: темпо-ритмові характеристики різних танців, розташування тіла у просторі, специфіку збереження рівноваги під час виконання вправ, електронність, баланс, динаміку танцю тощо.

В нашій роботі контроль за технічною підготовленістю танцюристів віком 7 – 9 років здійснювався за десяти найбільш важливими показниками, які визначені і наведені у попередніх публікаціях [5,6], що в свою чергу дозволило об'єктивізувати рівень її рівня.

Технічна підготовленість у спортивних танцях визначається суб'єктивно, що викликало використання експертних оцінок кожного з розроблених показників.

Для визначення ефективності застосування контролю технічної підготовленості танцюристів віком 7 – 9 років, нами були сформовані дві групи: контрольна і експериментальна. В експерименті взяли участь 40 танцюристів віком 7-9 років, по 20 осіб в контрольній та експериментальній групах. Дослідження здійснювалось на базі танцювального клубу КСТ “Фламінго” м. Львів.

Відповідно до мети роботи, навчально-тренувальний процес в експериментальній групі будувався згідно розроблених показників контролю. Кожен з цих показників передбачав відповідну програму, що дозволяла впливати на їх рівень. Використання даних програм у тренуваннях здійснювалось у відповідності із певною схемою побудови процесу розвитку і удосконалення тих показників, які найбільшою мірою сприяють покращенню рівня технічної майстерності юних танцюристів.

В контрольній групі процес технічної підготовки здійснювався згідно традиційних підходів, що використовуються у спортивних танцях.

За обсягом і навантаженнями навчально-тренувальний процес у контрольній та експериментальній групах не відрізнявся.

Ефективність запропонованої методики контролю рівня виконання дітьми 7-9 років танців європейської програми визначалась на основі порівняння експертних оцінок контрольної та експериментальної груп до і після експерименту. До експерименту показники технічної підготовленості танцюристів контрольної та експериментальної груп вірогідно не відрізнялись. Представляємо результати на танцювальну пієцю повільний вальс. Як показують результати дослідження, зміни відбулись в обох групах, проте в них спостерігались суттєві відмінності, які наведені на рис. 1.

Аналіз експертних оцінок показує, що в результаті експерименту у танцюристів контрольної та експериментальної груп відбулося покращення рівня виконання танцювального вальсу. За критерієм “музикальність” оцінка вірогідно зросла з $4,05 \pm 0,39$ бала до $4,21 \pm 0,41$ бала у контрольній групі, що становить 5,6%, та до $4,21 \pm 0,41$ бала – в експериментальній групі, що становить 4% ($p < 0,05$). За критерієм “ритмічність” оцінка вірогідно ($p < 0,05$) зросла з $3,78 \pm 0,49$ бала до $3,94 \pm 0,4$ бала у контрольній групі, що становить 4,2%, та до $3,98 \pm 0,33$ бала – в експериментальній групі, що становить 5,3%. За таким критерієм як “баланс” оцінка вірогідно ($p < 0,05$) зросла з

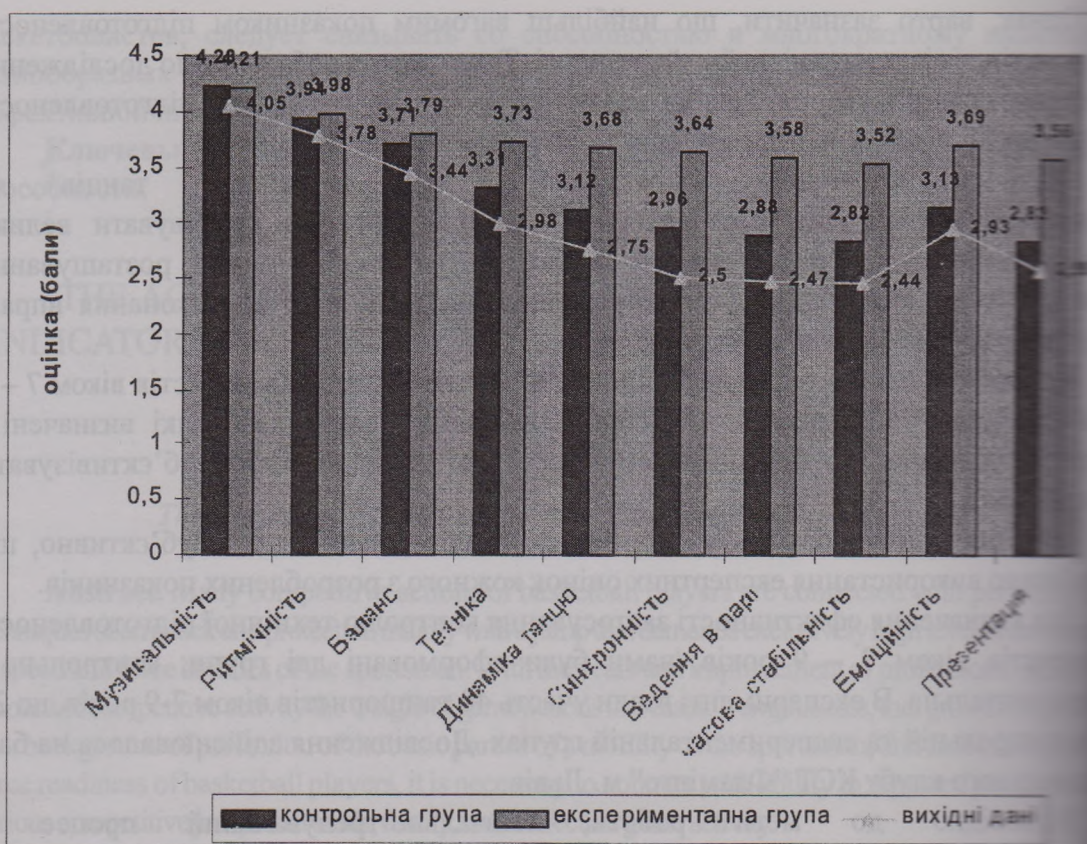


Рис.1. Експертні оцінки рівня виконання танцю повільний вальс дітьми 7-9 років до і після експерименту в контрольній та експериментальній групах (бали).

3,44±0,55 бала до 3,71±0,44 бала у контрольній групі, що становить 7,8%, та до 3,79±0,48 бала в експериментальній групі, що становить 10,2%. За критерієм "техніка" оцінка вірогідно ($p < 0,05$) зросла з 2,98±0,50 бала до 3,31±0,44 бала у контрольній групі, що становить 11%, та до 3,73±0,37 бала в експериментальній групі, що становить 25,2%. За критерієм "динаміка танцю" оцінка вірогідно ($p < 0,05$) зросла з 2,75±0,62 бала до 3,12±0,51 бала у контрольній групі, що становить 13,4%, та до 3,68±0,47 бала в експериментальній групі, що становить 33,8%. За критерієм "синхронність" оцінка вірогідно ($p < 0,05$) зросла з 2,50±0,63 бала до 2,96±0,45 бала у контрольній групі, що становить 18,4%, та до 3,64±0,48 бала в експериментальній групі, що становить 45,6%. За критерієм "ведення в парі" оцінка вірогідно ($p < 0,05$) зросла з 2,47±0,6 бала до 2,88±0,5 бала у контрольній групі, що становить 11,7%, та до 3,58±0,52 бала в експериментальній групі, що становить 44,9%. За критерієм "часова стабільність" оцінка вірогідно ($p < 0,05$) зросла з 2,44±0,63 бала до 2,82±0,6 бала у контрольній групі, що становить 15,6%, та до 3,52±0,48 бала в експериментальній групі, що становить 44,3%. За критерієм "емоційність" оцінка вірогідно ($p < 0,05$) зросла з 2,63±0,61 бала до 3,13±0,6 бала у контрольній групі, що становить 19%, та до 3,69±0,53 бала в експериментальній групі, що становить 40,1%. За критерієм "презентація" оцінка вірогідно ($p < 0,05$) зросла з 2,55±0,58 бала до 2,82±0,6 бала у контрольній групі, що становить 10,6%, та до 3,56±0,55 бала в експериментальній групі, що становить 39,6%.

Як видно з результатів експерименту середньогрупова експертна оцінка виконання повільний вальс, за сумою усіх десяти критеріїв оцінювання у контрольній групі зросла на 10%. У той же час середньогрупова експертна оцінка у танці зросло на 10%.

... за сумою усіх десяти критеріїв оцінювання у експериментальній групі зросла на 29%. В експериментальній групі спостерігається тенденція до вирівнювання експертних оцінок за усіма критеріями, що свідчить про ефективність запропонованих програм підвищення рівня технічної майстерності згідно розроблених параметрів контролю. У контрольній групі, за такими критеріями як динаміка танцю, синхронність, ведення в парі, часова стабільність, презентація оцінки є значно вищими ніж у експериментальній.

Ефективність запропонованої методики контролю рівня виконання дітьми 7-9 років танців латиноамериканської програми визначалась на основі порівняння експертних оцінок контрольної та експериментальної груп до і після експерименту. Представляємо результати на прикладі танцю самба. Як показують результати, зміни відбулися в обох групах, проте, є суттєві відмінності, які представлені на рисунку.

(рис.2)

Аналіз експертних оцінок показує що в результаті експерименту у виконавців контрольної та експериментальної груп відбулося покращення рівня виконання танцю самба. За критерієм “музикальність” оцінка вірогідно ($p < 0,05$) зросла з $3,64 \pm 0,44$ бала до $3,81 \pm 0,58$ бала у контрольній групі, що становить 4,7%, та до $3,98 \pm 0,52$ бала – в експериментальній групі, що становить 9,3%. За критерієм “ритмічність” оцінка вірогідно ($p < 0,05$) зросла з $3,5 \pm 0,32$ бала до $3,68 \pm 0,53$ бала у контрольній групі, що становить 5,1%, та до $3,93 \pm 0,62$ бала – в експериментальній групі, що становить 12,3%. За таким критерієм як “баланс” оцінка вірогідно ($p < 0,05$) зросла з $3,34 \pm 0,47$ бала до $3,59 \pm 0,49$ бала у контрольній групі, що становить 7,5%, та до $3,91 \pm 0,39$ бала – в експериментальній групі, що становить 17,1%. За критерієм “техніка” оцінка вірогідно ($p < 0,05$) зросла з

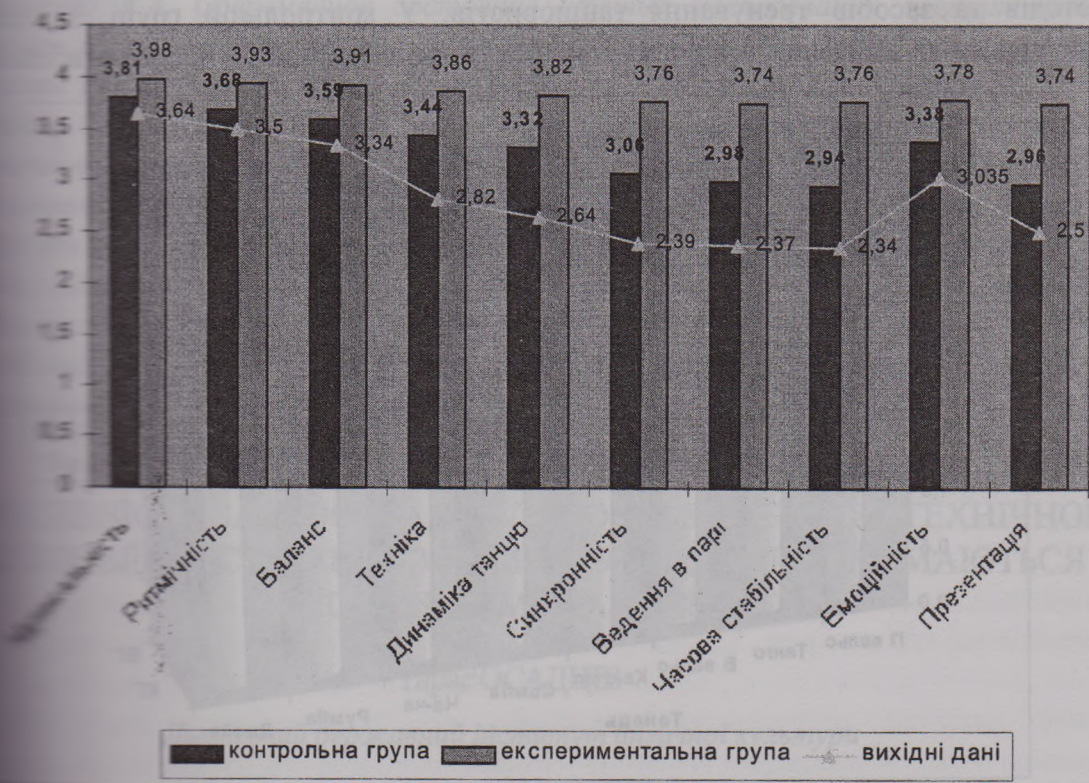


Рис.2. Експертні оцінки рівня виконання танцю самба дітьми 7-9 років до і після експерименту в контрольній та експериментальній групах (бали).

2,82±0,53 бала до 3,44±0,54 бала у контрольній групі, що становить 22%, та до 3,86±0,58 бала в експериментальній групі, що становить 37%. За критерієм “динаміка танцю” оцінка вірогідно ($p < 0,05$) зросла з 2,64±0,42 бала до 3,32±0,45 бала у контрольній групі, що становить 25,8%, та до 3,82±0,45 бала в експериментальній групі, що становить 44,7%. За критерієм “синхронність” оцінка вірогідно ($p < 0,05$) зросла з 2,39±0,52 бала до 3,06±0,39 бала у контрольній групі, що становить 28%, та до 3,76±0,31 бала в експериментальній групі, що становить 57,3%. За критерієм “ведення в парі” оцінка вірогідно ($p < 0,05$) зросла з 2,57±0,47 бала до 2,98±0,38 бала у контрольній групі, що становить 25,7%, та до 3,74±0,38 бала в експериментальній групі, що становить 57,8%. За критерієм “часова стабільність” оцінка вірогідно ($p < 0,05$) зросла з 2,34±0,54 бала до 2,94±0,35 бала у контрольній групі, що становить 25,6%, та до 3,76±0,35 бала в експериментальній групі, що становить 60,7%. За критерієм “емоційність” оцінка вірогідно ($p < 0,05$) зросла з 2,035±0,47 бала до 3,38±0,52 бала у контрольній групі, що становить 11,7%, та до 3,78±0,51 бала в експериментальній групі, що становить 24,5%. За критерієм “презентація” оцінка вірогідно ($p < 0,05$) зросла з 2,5±0,47 бала до 2,96±0,39 бала у контрольній групі, що становить 18,4%, та до 3,74±0,61 бала в експериментальній групі, що становить 49,5%.

Як видно з результатів експерименту середньогрупова експертна оцінка танцю самба, за сумою усіх десяти критеріїв оцінювання у контрольній групі зросла на 16%. У той же час середньогрупова експертна оцінка у танці самба, за сумою усіх десяти критеріїв оцінювання у експериментальній групі зросла на 33%. У експериментальній групі спостерігається тенденція до вирівнювання експертних оцінок за усіма критеріями, що свідчить про ефективність запропонованих методів контролю, та послідовним цілеспрямованим застосуванням експертних методів та засобів тренування танцюристів. У контрольній групі, за усіма критеріями як динаміка танцю, синхронність, ведення в парі, часова стабільність,

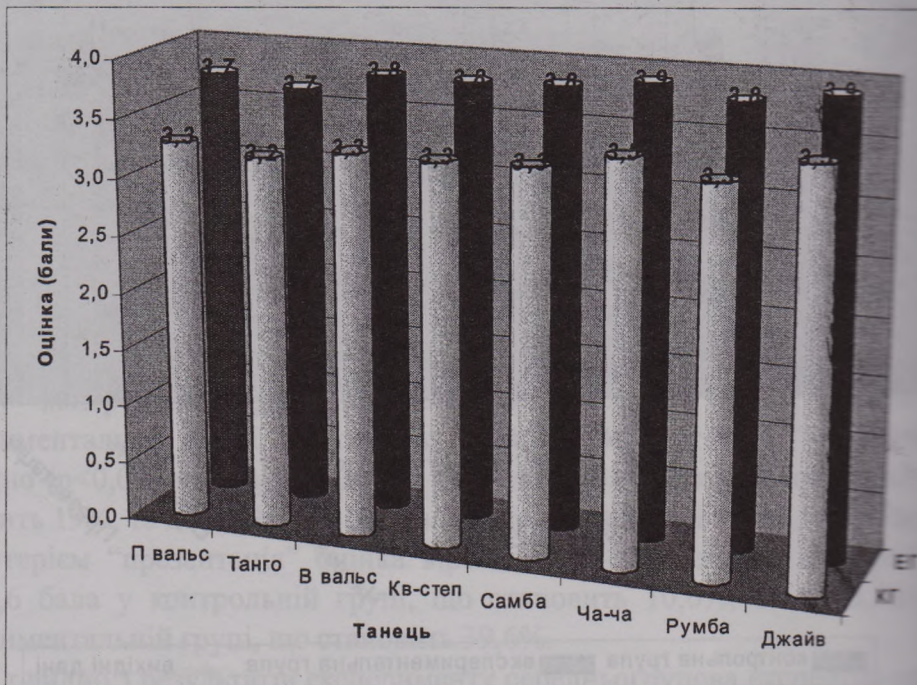


Рис. 3. Показники експертної оцінки рівня технічної майстерності у контрольній та експериментальній групах після експерименту (бали).

презентація оцінки є значно нижчими ніж у експериментальній, що свідчить про те, що під час тренувань танцюристів зазначеним показникам приділяється недостатня увага.

Після експерименту, в якому випробовувалась запропонована методика комплексного контролю в усіх танцях європейської та латиноамериканської програм виявились суттєві відмінності (Рис. 3).

Як видно з отриманих в результаті експерименту даних, показники технічної майстерності танцюристів в танцях європейської та латиноамериканської програм у експериментальній групі на 11-15% вищі, ніж у контрольній групі. Це підтверджує ефективність і ефективність застосування засобів контролю за рівнем технічної майстерності танцюристів на заняттях спортивними танцями з дітьми 7 – 9 років.

Висновки

Результати експерименту доводять ефективність застосування розроблених комплексних засобів контролю та програм підвищення рівня технічної майстерності танцюристів у навчально-тренувальному процесі.

Отримані дані дають підставу рекомендувати запропоновані засоби контролю для широкого використання у процесі технічної підготовки танцюристів віком 7 – 9 років.

Література

1. М. М. Обучение двигательным действиям. – М.: ФиС, 1985. – 192 с.
2. Реддигони, Массимо Анджело Росси, Алессандро Маджони. Латиноамериканские танцы. Перевод с фр. — М.: БММАО, 2001.-192с.
3. Мельник А.А. Современное состояние научных исследований в спортивных танцах. // Спортивные танцы, М., РГАФК, 2001г. №1 (17)-С. 11-13.
4. Мельник А.А. Спортивні танці. Навч. посіб. – Л.: ЗУКЦ, 2001. – 340 с.
5. Мельник А.А. Сучасні підходи щодо підготовки юних танцюристів на етапі комплексної спортивної підготовки (узагальнення досвіду тренерів зі спортивних танців)//Матеріали VIII Всеукраїнської наукової конференції "Спортивна наука України" – Львів: ЛДІФК, 2004.Том1.-С.293-296.
6. Мельник А.А., Тарас Осадців, Руслан Ленець Контроль тренувальних занять на заняттях спортивними танцями з дітьми 7- 9 років // Сучасні проблеми теорії та методики гімнастики (Збірник матеріалів V науково-практичної конференції) – Львів, 2003.- С. 9-12

ЕФЕКТИВНІСТЬ ЗАСТОСУВАННЯ ЗАСОБІВ КОНТРОЛЮ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ДІТЕЙ ВІКОМ 7 – 9 РОКІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ СПОРТИВНИМИ ТАНЦЯМИ

Тарас ОСАДЦІВ

Львівський державний інститут фізичної культури

У статті розглядається питання застосування засобів та методів контролю технічної підготовленості дітей 7-9 років на заняттях спортивними танцями.

Експериментальні дані підтверджують ефективність розробленої методики контролю за рівнем технічної підготовленості спортсменів у танцях європейської та латиноамериканської програм. Використання розробленої методики контролю дозволяє на 11-15% підвищити рівень технічної підготовленості танцюристів.

Ключові слова: спортивні танці, контроль, технічна підготовленість.

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ СРЕДСТВ КОНТРОЛЯ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ ВОЗРАСТОМ 7 – 9 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТИВНЫМИ ТАНЦАМИ

Тарас ОСАДЦІВ

Львовский государственный институт физической культуры

Аннотация. В статье рассматривается вопрос применения средств и методов контроля за уровнем технической подготовленности детей 7-9 лет на занятиях спортивными танцами. Экспериментальные данные подтверждают эффективность разработанной методики контроля за уровнем технической подготовленности спортсменов в танцах европейской и латиноамериканской программ. Использование разработанной методики контроля позволяет на 11-15% повысить уровень технической подготовленности танцоров.

Ключевые слова: спортивные танцы, контроль, техническая подготовленность.

EFFICIENCY OF APPLICATION OF CONTROLS TECHNICAL PREPAREDNESS OF CHILDREN BY AGE 7 – 9 YEARS, ENGAGED IN SPORTING DANCES

Taras OSADTSIV

Lvov state institute of physical culture

Abstract. In the article the question of application of facilities and methods of control after the level of technical preparedness of children 7-9 years on employments by sporting dances is examined. Experimental data confirm efficiency of the developed method of control after the level of technical preparedness of sportsmen in dances of the European and Latin-American programs. The use of the developed method of control allows on 11-15% to promote the level of technical preparedness of dancers.

Key words: sporting dances, control, technical preparedness.