

УДК 796.093.948

## КРИТЕРІЇ ВІДБОРУ КВАЛІФІКОВАНИХ СПОРТСМЕНІВ У СНОУБОРДИНГУ ДО ГОЛОВНИХ ЗМАГАНЬ

Ольга ЗІНЬКІВ<sup>1</sup>, Юрій ЛЮБІЖАНІН<sup>1</sup>, Орест СТЕФАНІШИН<sup>1</sup>,  
Ольга РОМАНЕЦЬ<sup>2</sup>, Наталя СТЕФАНІШИН<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Львівський державний університет фізичної культури,

<sup>2</sup>Львівський національний університет імені Івана Франка

**Анотація** У статті розглянуто питання спортивного відбору кваліфікованих сноубордистів. Розроблено тести для відбору спортсменів до головних змагань. До педагогічного дослідження були залучені спортсмени збірної команди України зі сноубордингу, які спеціалізуються в паралельних дисциплінах. Результати дослідження дозволили виявити найінформативніші тестові вправи та їх взаємозв'язок із змагальною діяльністю сноубордистів паралельних дисциплін.

**Ключові слова:** спортивний відбір, кваліфіковані спортсмени, змагання, сноубординг, паралельні дисципліни, тестування, трас.

**Постановка проблеми.** Характерною особливістю сучасного періоду розвитку спорту є всеохопний, науково обґрунтований пошук талановитої молоді, якій до снаги значні спортивні навантаження і високі темпи спортивного удосконалення [3].

Для цілеспрямованого проведення тренування спортсменів необхідною є науково обґрунтована система спортивного відбору, яка дозволить визначити напрям удосконалення майстерності кожного спортсмена. Проблематика ефективності проведення спортивного відбору як на початковому, так і на наступних етапах багаторічної підготовки є актуальною для фахівців, які зайняті підготовкою спортсменів [9].

На думку С.К. Фоміна [11], при розробленій теорії спортивного відбору, необхідно зважати на те, що багатий арсенал засобів і методів сучасного фізичного виховання і спорту дозволяє обрати найбільш придатний для кожної людини вид спортивної діяльності. Ця діяльність повинна найкращим чином задовольняти психологічні та соціальні потреби людини і сприяти найбільш ефективному фізичному вдосконаленню.

Актуальність питань, пов'язаних з критеріями відбору перспективних спортсменів, визначається високим рівнем досягнень на світовій спортивній арені, а також тією обставиною, що пошук талановитих спортсменів вимагає організованого наукового підходу. У зв'язку зі зростанням рівня спортивних результатів проблема спортивної орієнтації і критеріїв відбору є однією з актуальних сьогодні в сноубордингу. З урахуванням того науково-методичне обґрунтування, розробка і реалізація методики відбору перспективних спортсменів до головних змагань є актуальною і потребує ґрунтовних досліджень [1, 2, 4].

**Аналіз останніх досліджень.** Проблема відбору – одна з центральних у спортивній практиці від успішного вирішення якої залежать успіхи спортсмена і спортивного колективу загалом. Вивчення досвіду спортивної практики, свідчить, що успішне вирішення питань відбору спортсменів у всіх видах спорту, у тому числі і сноубордингу, можливо при використанні комплексних методів за участю педагогів, психологів, медиків та інших фахівців [2, 4, 5, 8].

На сьогодні дослідженням відбору спортсменів до участі в головних змаганнях у сноубордингу не приділялося достатньо уваги. Тренери та науковці проводили паралелі зі схожими за змагальною діяльністю видами спорту. Спираючись на фахові дослідження, ми можемо звернути увагу на роботи у гірськолижному спорті. На сьогодні цей вид спорту максимально наближений до сноубордингу в більшості аспектів.

Аналізуючи дані літератури щодо засобів і методів відбору у спорті, ми дійшли такого висновку: принципово важливо виходити з того, що жоден засіб або метод, окремо не може розглядатися, а тільки як єдино повноцінний. Лише сукупність їх використання може забезпечити реалізацію комплексних завдань спортивного відбору.

**Зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями.** Дослідження виконано згідно з темою 2.5 «Удосконалення тренувального процесу в зимових видах спорту».

**Мета дослідження** – розробити та обґрунтувати критерії відбору сноубордистів до головних змагань.

**Методи та організація дослідження.** При проведенні дослідження використано методи теоретичного аналізу та узагальнення науково-методичної літератури; педагогічне спостереження, педагогічний експеримент, соціологічні методи (опитування); методи математико-статистичної обробки даних.

**Виклад основного матеріалу.** Специфіка планування тренувального процесу для сноубордистів полягає у врахуванні комплексу чинників різного характеру. Серед них такі: річний календар, метеорологічні умови, різні періоди спортивної форми спортсмена та психологічні чинники. Таким чином, основною специфічною відмінністю планування є його комплексний характер, що відображається в реалізації різних груп базових підходів.

Під час змагального періоду відбувається подальше вдосконалення різних сторін підготовленості, забезпечується інтегральна підготовка і здійснюється безпосередня підготовка та участь в змаганнях. Сучасний календар змагань зі сноубордингу, розроблений міжнародною лижною федерацією «FIS», розписаний так, що змагальний сезон у сноубордистів триває з листопада до квітня [12].

Тривалість змагального періоду залежить від етапу багаторічної підготовки. Так, на етапі початкової підготовки та етапі попередньої базової підготовки більш тривалий підготовчий період, а змагальний період дуже нетривалий та нечітко виражений. При підготовці спортсменів високого класу спостерігається дещо інша тенденція – підготовчий період різко скорочується, а змагальний може займати значну частину року [8, 10].

Для розробки критеріїв відбору до головних змагань у сноубордингу ми провели анкетне опитування тренерів-фахівців. Згідно з результатами, найбільше впливають на зростання спортивних досягнень у сноубордингу такі ознаки та здібності: координаційні здібності, вестибулярна стійкість, точність амплітуди руху, точність м'язових зусиль, реакція на рухомий об'єкт, швидкість простої сенсомоторної реакції, гнучкість, швидко-силові здібності, абсолютна сила, витривалість, інтелект, оперативна пам'ять, емоційна стійкість, тип статури. Узгодженість думок опитаних тренерів оцінювалася за шкалою М. Конде і була досить високою. Коефіцієнт конкордації дорівнював  $W = 0,645$ . Анкетне опитування дало можливість побачити причини, які обумовлюють використання комплексних методів відбору в сноубордингу.

При відборі спортсменів високої кваліфікації для участі у відповідальних змаганнях застосовано педагогічне спостереження та експеримент. Спостереження полягало в підрахунку обсягу й інтенсивності тренувального навантаження у річному макроциклі участі в контрольних змаганнях. Під час педагогічного спостереження спортсменам було запропоновано проходження контрольної траси двічі, оцінювалася техніка її проходження (п'ятибальна система) та одночасно фіксувався час проходження трас з синхронним відеозаписом і подальшим детальним розглядом техніки проходження дистанції.

При оцінюванні рівня загальної і спеціальної підготовленості спортсменів увагу слід приділяти показникам, яких спортсмен досяг у результаті тренування на попередньому етапі. Перевага має надаватися тим спортсменам, які зуміли домогтися позитивних зрушень у рівні спортивної майстерності, можливостей найважливіших функціональних систем при обмеженому використанні найбільш потужних засобів педагогічного впливу. У табл. 1 наведено результати проходження трас та їх приріст. Порівняння результатів проходження стандартної траси під час підготовчого періоду дозволяє говорити про зміни в підготовленості сноубордистів.

Згідно з порівнянням початкових і підсумкових результатів тестування на стандартних трасах, 7 учасників із 10 поліпшили свої результати, середній приріст становив 0,208с (табл. 1), але ці зміни не є статистично достовірними ( $P > 0,05$ ). Проте зміни відбулися в характері показаних результатів.

На початку спостереження усі спортсмени в другій спробі поліпшували свій результат. У середньому різниця між часом першої і другої спроб становила 0,641 с. У кінці досліджен-

ня усі спортсмени погіршили свій час в другій спробі, різниця між часом проходження траси в першій і в другій спробі становила 0,14 с.

Таблиця 1

### Порівняння результатів проходження стандартної траси

Прізвище, ім'я	Результати проходження траси				Результати проходження траси				Загальний приріст
	1 спуск	2 спуск	При- ріст (с)	сума	1 спуск	2 спуск	При- ріст (с)	сума	
П.Й.	38,35	38,32	0,03	76,67	38,22	38,34	0,12	76,56	0,11
Ч.А.	38,77	38,45	0,32	77,22	38,38	38,52	0,14	76,9	0,32
Д.О.	39,51	39,36	0,15	78,87	39,38	39,54	0,16	78,92	-0,05
М.О.	39,67	39,65	0,02	79,32	39,51	39,67	0,16	79,18	0,14
Б.О..	38,56	33,43	5,13	76,99	38,51	38,71	0,2	77,22	-0,23
Б.Т.	38,67	38,62	0,05	77,29	38,32	38,61	0,29	76,93	0,36
Р.Т.	39,54	39,48	0,06	79,02	39,23	39,44	0,21	78,67	0,35
А.Р.	39,65	39,46	0,19	79,11	39,32	39,45	0,13	78,77	0,34
Г.О.	38,75	38,55	0,2	77,3	38,66	38,71	0,05	77,37	-0,07
Р.О.	39,12	38,86	0,26	77,98	38,91	39,02	0,11	77,93	0,05
Середньо- групові показники	39,059	38,418	0,641	77,977	38,844	39,001	-0,157	77,845	0,161

Оцінювання фізичної підготовленості відбувалося за такими тестуваннями:

- утримання ніг під кутом у висі;
- стрибки через гімнастичну лаву 60 с (к-ть разів);
- присідання на одній нозі «пістолетики»;
- підтягування на перекладині;
- біг 100 м та 400 м;
- стрибок у довжину з місця.

Після проведення тестування спортсмени взяли участь у змаганнях з паралельного слалому. Результати змагань і тестування були оброблені методами математичної статистики. Ми провели кореляційний аналіз між результатами змагань і показниками тестування загальної фізичної підготовленості, які ми запропонували. Дані подано в таблиці 2.

Таблиця 2

### Кореляційна залежність між результатами змагань і показниками тестування загальної фізичної підготовленості

	Вис	Стрибки через лаву	Присідання на лівій нозі	Присідання- на правій нозі	Підтя- гування	Стрибок з місця	Біг 100 м	Біг 400 м
Коефіцієнт кореляції (2011 р.)	0,43	0,71	0,53	0,51	0,28	0,63	0,44	0,32
Коефіцієнт кореляції (2012 р.)	0,45	0,68	0,5	0,52	0,33	0,61	0,46	0,31

Згідно з результатами дослідження, найбільш висока кореляційна залежність існує між стрибковими тестами і спортивним результатом у слаломі, а взаємозв'язку між результатами у підтягуванні та бігу на 400 м і результатом у змаганнях практично немає.

Це свідчить про те, що перед змаганнями найбільш інформативними тестами, які характеризують спортивну форму сноубордиста, є швидкісно-силові тести для м'язів ніг.

На основі отриманих результатів дослідження ми рекомендуємо використовувати тестування, які повинні містити в собі таке:

1. Тести з визначення спеціальної підготовленості, які включають у себе вправи для визначення швидкісно-силових якостей, гнучкості, вестибулярної стійкості, спеціальної витривалості і сили: стрибки через гімнастичну лаву на час (60 с), стрибок в довжину з місця, присідання на одній нозі «пістолетики», утримання ніг під кутом у висі, підтягування на перекладині, біг 100 м та 400 м.

2. Участь спортсменів у контрольних та відбіркових змаганнях з подальшим аналізом результатів, показаних кожним спортсменом.

#### **Висновки:**

1. Проводячи відбір спортсменів до головних змагань у сноубордингу необхідно орієнтуватися на рівень спортивної майстерності спортсмена, рейтинг, змагальний досвід, стан здоров'я, функціонування основних систем організму і рівень спеціальної підготовленості.

2. Найбільш висока кореляційна залежність існує між стрибковими тестами і спортивним результатом у слаломі, а взаємозв'язку між результатами у підтягуванні та бігу на 400 м і результатом у змаганнях практично немає. Це свідчить про те, що перед змаганнями найбільш інформативними тестами, є ті, які характеризують спортивну форму сноубордиста паралельних дисциплін – швидкісно-силові тести для м'язів ніг.

**Подальші дослідження передбачають** оптимізацію критеріїв відбору спортсменів у сноубордингу до змагань на різних етапах підготовки.

#### **Список літератури**

1. Барков Ю. Ф. Об информативности тестов отбора в детском горнолыжном спорте / Ю. Ф. Барков, А. Ф. Лисовский // Теория и практика физической культуры. – 1986. – № 1. – С. 30–31.
2. Голема М. В. Некоторые проблемы отбора в практике спорта / М. В. Голема // Современный олимпийский спорт : тез. докл. междунар. науч. конгр. – К., 1993. – С.123–125.
3. Гуришман Г. Пьянта Су! или горные лыжи глазами тренера / Г. Гуришман. – М., 2005. – 372 с.
4. Запорожанов В. А. Отбор, контроль и прогнозирование в спортивной тренировке / В. А. Запорожанов // Сб. науч. тр. КГИФК. – К., 1990. – 136 с.
5. Зіньків О. В. Техніка виконання поворотів фронтсайд та бексайд у альпійських дисциплінах сноубордингу / О. В. Зіньків, Я. В. Тимчак // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. / за ред. С. С. Єрмакова. – Х., 2004. – № 15. – С. 44–48.
6. Лисовский А. Ф. Контроль технической и тактической подготовленности в горнолыжном спорте: проблемы и решение / А. Ф. Лисовский // Наука в олимпийском спорте, 1998. – № 2. – С. 33–37.
7. Пернич Г. Серия специализированных публикаций Австрийской федерации лыжного спорта: от базового этапа до этапа совершенствования спортивного мастерства / Г. Пернич, А. Штаудахер. – М., 2003. – 207 с.
8. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : учеб. тренера высш. квалиф. / Платонов В. Н. – К. : Олимпийская литература, 2004 – 584 с.
9. Филин В. П. Актуальные проблемы теории и методики юношеского спорта / В. П. Филин // Теория и практика физической культуры. – 1990. – № 1. – С.76–78.

10. *Фёдоров А. И.* Комплексный педагогический контроль как основа управления тренировочным процессом / А. И. Фёдоров, В. Н. Береглазов. – Челябинск, 2001. – 125 с.
11. *Фомин С. К.* Лыжный спорт. Методическое пособие для учителей физической культуры и тренеров / С.К. Фомин. – К. : Радянська школа, 1988. – С. 86–90.
12. International Ski Calendar 2011–2012. Publisher: International ski Federation, 2011. – 334 p.

**КРИТЕРИИ ОТБОРА КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ  
К ГЛАВНЫМ СОРЕВНОВАНИЯМ В СНОУБОРДИНГЕ**

**Ольга ЗИНЬКИВ<sup>1</sup>, Юрий ЛЮБИЖАНИН<sup>1</sup>, Орест СТЕФАНЬШИН<sup>1</sup>,  
Ольга РОМАНЕЦ<sup>2</sup>, Наталья СТЕФАНЬШИН<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>*Львовский государственный университет физической культуры,*

<sup>2</sup>*Львовский национальный университет имени Иван Франко*

**Аннотация.** В статье рассмотрено вопрос отбора квалифицированных сноубордистов. Разработано тестирования для отбора спортсменов к главным соревнованиям. В педагогическом исследовании принимали участие спортсмены сборной команды Украины по сноубордингу (паралельные дисциплины). Результаты исследования показали более весомые тестирования и взаимосвязь разных физических упражнений с соревновательной деятельностью сноубордистов в параллельных дисциплинах.

**Ключевые слова:** спортивный отбор, квалифицированные спортсмены, соревнования, сноубординг, параллельные дисциплины, тестирования, трассы.

**SELECTION CRITERIA OF QUALIFIED ATHLETES  
IN SNOWBOARDING BEFORE COMPETITION**

**Olha ZINKIV<sup>1</sup>, Yuriy LYUBIZHANIN<sup>1</sup>, Orest STEFANYSHYN<sup>1</sup>,  
Olha ROMANETS<sup>2</sup>, Natalya STEFANYSHYN<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>*Lviv State University of Physical Culture,*

<sup>2</sup>*Ivan Franko National University of Lviv*

**Abstract.** Article deal with question of sport selection in snowboarding. We made test for selection qualification snowboarder. Scientific research participated sportsmen national snowboard team of Ukraine. Result of research show, that the most important testing and sport competition in parallel disciplines in snowboarding.

**Keywords:** sport selection, qualified athletes, competition, snowboarding, parallel disciplines, testing, course.