

Висновок

Надходження інформації зменшує невизначеність системи та надає додаткові дані про її функціонування.

Список літератури

1. Лопатьєв А. О., Ткачек В. В., Власов А. П. Біотехнічні системи в стрілецьких видах спорту. Матеріали X Міжнародної наукової конференції (27 лютого 2014 року, м.Львів-Харків) / Львів. держ. ун-т фізкультури, Харк. нац.ун-т ім. Г.С. Сковороди.- Харків : «ОВС», 2014.- С. 19–23.
2. Власов А. П., Лопатьєв А. О., Виноградський Б. А., Демічковський А. П. Аналіз рухових дій при виконанні стрілецьких вправ. // Актуальні проблеми сучасної біомеханіки фізичного виховання та спорту. – Серія : Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. Вісник № 81. ЧДПУ ім. Т. Г. Шевченка. – Чернігів, 2010, С. 561–565.
3. Любомир Вовканич, Богдан Виноградський, Василь Ткачек Електроміографічні паттерни виконання пострілу зі спортивного лука // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Тараса Григоровича Шевченка. – Чернігів, 2012. – Випуск 102, том 1. – С. 111–115.

УДК 159.923:796

СТРУКТУРНА МОДЕЛЬ ІНДИВІДУАЛІЗАЦІЇ В СПОРТІ

Богдан ВІНОГРАДСЬКИЙ

Львівський державний університет фізичної культури

Постановка проблеми. Одним з найперспективніших шляхів підвищення ефективності процесу підготовки кваліфікованих спортсменів, зростання їх спортивних результатів є застосування індивідуально обґрунтованих тренувальних впливів, що враховують поточний стан спортсмена, індивідуальні особливості адаптації та інші чинники. Дуже часто у разі застосування однакових за обсягом та інтенсивністю спеціальних навантажень спортсмени демонструють різні спортивні результати. Отже, цілком зрозуміло, що індивідуалізація тренувального процесу є значним резервом підвищення спортивних результатів спортсменів. У спеціальній літературі знаходимо різні аспекти вивчення проблеми індивідуалізації, але часто трапляються альтернативні чи навіть протилежні погляди із зазначеної проблематики. Таким чином, значна теоретична і практична важливість вирішення проблеми індивідуалізації підготовки висококваліфікованих спортсменів, різні підходи до її вивчення, багатоплановість аспектів розгляду визначили актуальність проведеного дослідження.

Мета дослідження полягає в систематизації інформації та розробці структурної моделі чинників індивідуалізації в спорті.

Основні результати. Ефективне розв'язання завдань індивідуалізації підготовки спортсменів високої кваліфікації полягає в застосуванні комплексного підходу, а отже, в обмеженні у випадку застосування поодиноких, відокремлених засобів, методів та варіантів диференціації спеціалізованих програм підготовки. Така сентенція ґрунтується на основоположному твердженні про те, що феномен індивідуальності стосується не певного процесу чи явища функціонування організму спортсмена, а повинен визначати унікальну цілісність його як індивіда, особистості і суб'єкта діяльності [1–3].

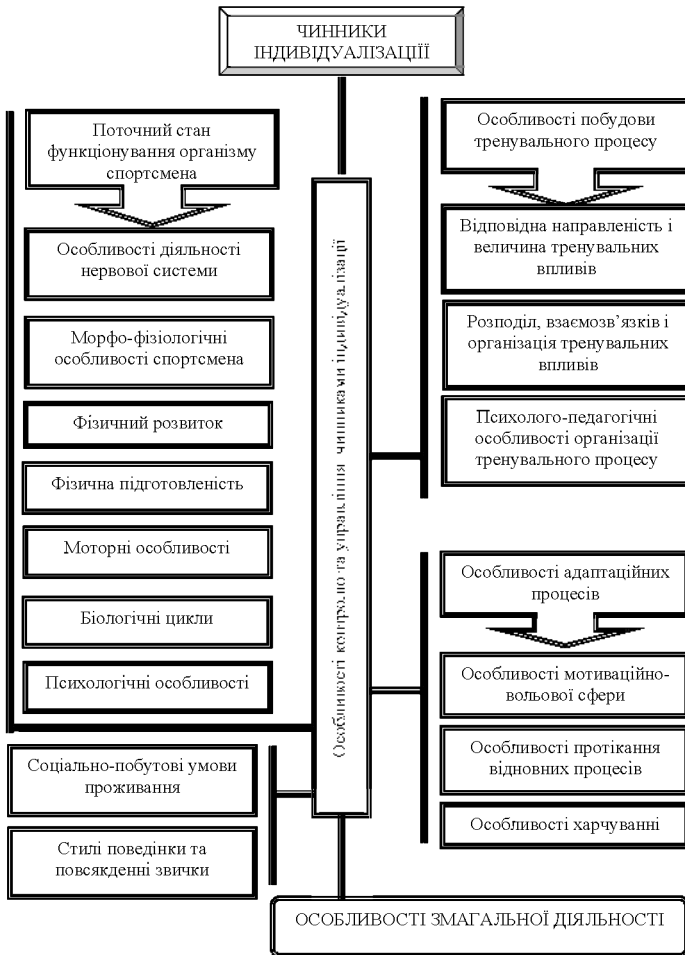


Рис. 1. Структурна модель індивідуалізації в спорті

Отже, з'являється триєдине завдання узагальнення контролю та керування моторикою конкретних спортсменів у процесі спеціалізованої підготовки.

У результаті систематизації запропоновано структурну модель індивідуалізації в спорті (рис. 1). Модель складається з чотирьох основних великих блоків, які є узагальненням чинників індивідуалізації під час підготовки спортсменів. Цими узагальненими блоками моделі є такі: поточний стан функціонування організму спортсмена; повсякденні поведінкові моделі спортсмена; особливості перебігу адаптаційних процесів в організмі спортсмена під впливом спеціалізованих навантажень; особливості побудови його тренувального процесу. Кожен із зазначених блоків складається з відповідних підструктур або елементів. Зокрема поточний стан функціонування організму спортсмена безпосередньо залежить від природних здібностей до певної спортивної діяльності, схильності до виконання «швидких», «тривалих», складнокоординаційних, статичних та інших рухів, особливостей конституції статури, типів нервової системи тощо. Окремим блоком є чинники індивідуалізації, пов'язані із типовими особливостями поведінкових реакцій, соціально-побутовими умовами проживання та іншим. Важливо враховувати ще один блок, який стосується особливостей перебігу адаптаційних процесів у випадку впливу спеціальних навантажень.

З урахуванням зазначених блоків безпосередньо будується тренувальний процес з відповідними величиною і спрямованістю фізичних навантажень, розподілом, взаємозв'язками і організацією тренувальних впливів, психолого-педагогічними особливостями організації підготовчого процесу.

Висновок

Узагальнивши інформацію, створено загальну структурну модель індивідуалізації в спорті. Модель складається із блоків та структурних елементів, що характеризуються відповідними кількісними та якісними параметрами, контроль і керування якими забезпечує підвищення ефективності процесу підготовки кваліфікованих спортсменів. Перспективним напрямом подальших досліджень є обґрунтування функціональних і кількісних моделей індивідуалізації в спорті.

Список літератури

1. Ворфоломеева Л. А. Индивидуализация тренировочного процесса как ведущий компонент построения подготовки лыжников-гонщиков на этапе подготовки к высшим достижениям // Физическое воспитание студентов. – 2013. – № 4. – С. 15–18.

2. Врублевский Е. П. Индивидуализация тренировочного процесса спортсменов в скоростно-силовых видах легкой атлетики / Е. П. Врублевский – Москва : Советский спорт, 2009. – 232 с.

3. Козіна Ж. Л. Анализ и обобщение результатов практической реализации концепции индивидуального подхода в тренировочном процессе в спор-

тивних играх / Ж. Л. Козіна // Физическое воспитание студентов творческих специальностей : сб.научн.трудов под ред. Ермакова С. С. – Харьков : ХГАДИ (ХХПИ), 2009. – № 2. – С. 34–47.

4. Шапошникова В. И. Хронобиология, индивидуализация и прогноз в спорте // Теория и практика физ. культуры. – 2002. – № 3. – С. 34–36.

УДК 796.015(477)

ПІДХОДИ ДО СИСТЕМИ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ У СТУДЕНТСЬКОМУ СПОРТІ УКРАЇНИ

Михайло МЕЛЬНИК^{1,2}, Мар'ян ПІТИН¹

¹ *Львівський державний університет фізичної культури,*

² *Комітет з фізичного виховання та спорту МОНУ*

Вступ. Студентський спорт має виражену специфіку діяльності та системи підготовки студентів-спортсменів. Це диктує вимогу вивчення різних його складових, у тому числі національно обумовлених [1, 2, 3] та порівняння цих даних із фундаментальними, що представлені в наукових роботах фахівців із галузі фізичної культури та спорту.

Мета – окреслити підхід до системи підготовки спортсменів в студентському спорті України.

Результати. Загальновідомими прикладами побудови системи підготовки спортсменів є екстенсивний та інтенсивний підходи (рис. 1, б, а). [2]. При першому відбувається залучення до масового спорту якнайбільшої кількості осіб, з яких на кожному наступному етапі (резервний, спорт вищих досягнень) залишаються ті, які себе найкраще проявили та мають можливості до подальшого спортивного удосконалення. При інтенсивному підході основним є не максимальне залучення учасників та їх «природний відбір», а пошук найбільш ефективних методик підготовки спортсменів із орієнтуванням на задатки та здібності осіб, залучених до масового спорту, та надалі їх перехід до резервного та спорту вищих досягнень.

Підхід до системи підготовки в студентському спорті України не може бути аналогічним до жодного із вищезазначених. Ситуація із студентським спортом України має своє специфічне схематичне представлення (рис. 1; г).

Серед основних завдань студентського спорту є максимальне залучення до занять спортом на різних рівнях цільово-результативної спрямованості діяльності студентів-спортсменів. Однак об'єктивні показники, які ми виявили, вказують на наявність кількісної диспропорції між студентами-спортсменами на рівні масового студентського спорту та двох вищих рівнях – резервного та спорту вищих досягнень. Це пов'язано із відносно