

навчально-тренувальний процес та надзвичайно розгалуженою сіткою змагань із такої ж великої кількості видів спорту. В окремих випадках наявні ієрархічно підпорядковані студентські ліги в одному виді спорту. Це, своєю чергою, дає значне підґрунтя для реалізації та розкриття індивідуальних можливостей студентів-спортсменів на рівні резервного спорту та разом і з значною конкуренцією забезпечує вище кількісне та якісне представлення на рівні студентського спорту США вищих досягнень.

Висновок

Національно-детермінований варіант підходу до побудови системи підготовки в студентському спорті характеризується низькою змагальністю на рівні масового студентського спорту, високою відповідальністю за результат на рівні резервного та студентського спорту вищих досягнень, значними втратами студентів-спортсменів за час навчання.

Список літератури

1. Приступа Є. Обґрунтування напрямків розвитку студентського спорту України в XXI столітті / Є. Приступа, М. Мельник, М. Пітин // Спортивна наука України. – Львів : ЛДУФК, 2016. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/index>.
2. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : учеб. тренера высш. квалиф. / Платонов В. Н. – Киев : Олимпийская литература, 2004–584 с.
3. Пітин М. Теоретична підготовка в спорті : монографія / Мар'ян Пітин. – Л. : ЛДУФК, 2015. – 372 с.

УДК 796.015.3.085

МОДЕЛЮВАННЯ ТРЕНУВАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ СПОРТСМЕНІВ КОМАНДНИХ ІГРОВИХ ВИДІВ СПОРТУ

Віктор КОСТЮКЕВИЧ

*Вінницький державний педагогічний університет
Імені Михайла Коцюбинського*

Актуальність. Аналіз науково та методичної літератури, вивчення документів планування тренувального процесу спортсменів високої кваліфікації свідчить, що впродовж останніх 20–25 років у практику спорту широко впроваджують методи моделювання [2, 4, 6, 8, 9]. Це зумовлено кількома причинами: по-перше, складністю аналізу багаторівневої системи підготовки спортсменів; по-друге, достатньо широкою характеристикою засобів і методів підготовки спортсменів; по-третє, різною структурою планування тренувального процесу для різних видів спорту; по-четверте, необхідністю

аналізу динаміки тренувальних навантажень на різних етапах як багаторічної системи підготовки спортсменів, так і в процесі річного циклу підготовки; по-п'яте, постійним пошуком шляхів оптимізації тренувального процесу спортсменів різної кваліфікації тощо.

У процесі підготовки спортсменів використовують найрізноманітніші моделі, які належать до двох великих груп. Перша представлена моделями змагальної діяльності; моделями, які характеризують різні сторони підготовленості спортсмена; морфо функціональними моделями, що відображають морфологічні особливості організму спортсмена і його функціональні можливості. Другу групу утворюють моделі структурних утворень тренувального процесу: моделі, що відображають тривалість і динаміку становлення спортивної майстерності та підготовленості в багаторічному плані, а також у межах тренувального року і макроциклу; моделі великих структурних утворень тренувального процесу (етапів багаторічної підготовки, макроциклів, періодів); моделі тренувальних етапів, мезо- та мікроциклів; моделі окремих тренувальних занять та їх частин; моделі окремих тренувальних вправ і їх комплексів [1, 5, 8, 9].

Мета роботи моделювання тренувальних занять.

Результати дослідження. Моделювання тренувальних занять спортсменів передбачає таку побудову занять, за якої кожна вправа виконується, з одного боку, з урахуванням регламентації всіх її компонентів (тривалості, інтенсивності, координаційної складності тощо), а з другого – на підставі логічного взаємозв'язку всіх вправ, які належать до певного тренувального заняття.

Моделювання тренувальних занять може ґрунтуватися на двох блоках – організаційному та методичному.

До організаційного блоку належать всі складові тренувального заняття – підготовча, основна і заключна. Складовими методичного блоку є види тренувальної роботи – загальна фізична підготовка, спеціальна фізична підготовка, техніко-тактична, ігрова та змагальна підготовка. При цьому методичний блок моделі тренувального заняття є в супідрядності до організаційного блоку. Для кожної частини тренувального заняття потрібна розробка окремих модельних тренувальних завдань. Для підготовчої частини – це будуть комплекси розминки, для основної – навчальні та тренувальні завдання, для заключної частини – комплекси відновлювального характеру (рис. 1.1).

Варто уточнити, що під час розробки комплексів розминки та заключної частини заняття, а також тренувальних завдань треба зважати передусім на спрямованість тренувального навантаження, а також завдання, які розв'язують в основній частині заняття.

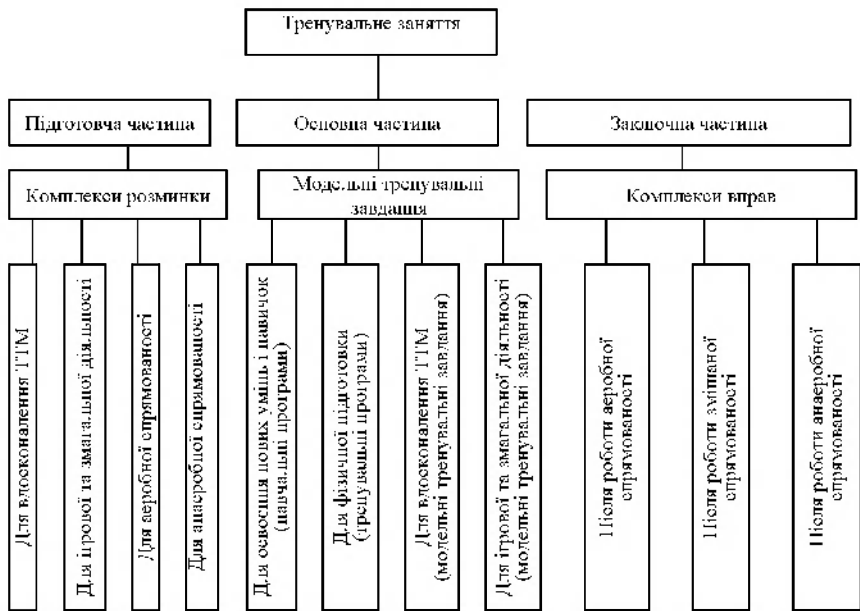


Рис. 1.1. Блок-схема модельних тренувальних завдань

Висновки

Використання методів моделювання в тренувальному процесі спортсменів високої кваліфікації дає змогу оптимізувати їх підготовку. Доцільним є моделювання тренувальних занять спортсменів, яке складається з організаційного та методичного блоків: організаційний блок передбачає розробку модельних тренувальних занять для підготовчої, основної та заключної частин тренувального заняття; методичний блок – розробку модельних тренувальних занять для фізичної, техніко-тактичної, ігрової та змагальної підготовки спортсменів. З цією метою потрібна розробка комплексів модельних тренувальних занять для підготовчої частини, тренувальних програм і власне модельних тренувальних завдань для основної частини тренувального заняття. Все це дає змогу конкретно і цілеспрямовано планувати тренувальну роботу на різних етапах тренувального процесу.

Список література

1. Алабин В. Г. Тренировочное задание – первый «блок» в структуре тренировочного процесса / В. Г. Алабин, А. В. Алабин // Теория и практика физической культуры. – 1988. – № 12. – С. 26–29.
2. Друзь В. А. Моделирование процесса спортивной тренировки / В. А. Друзь. – Киев : Здоров'я, 1976. – 95 с.

3. Костюкевич В. М. Управление тренировочным процессом футболистов в годичном цикле подготовки / В. М. Костюкевич. – Винница : Планер, 2006. – 683 с.
4. Костюкевич В. М. Моделирование тренировочного процесса в хоккее на траве : монография / В. М. Костюкевич. – Винница : ФирмаПланер, 2011. – 736 с.
5. Костюкевич В. М. Модельно-целевой подход при построение тренировочного процесса спортсменов командных игровых видов спорта в годичном макроцикле / В. М. Костюкевич // Наука в олимпийском спорте. – 2014. – № 4. – С. 22–29.
6. Кузнецов В. В. Научные основы создания «моделей сильнейших спортсменов» / В. В. Кузнецов, А. А. Новиков, Б. Н. Шустин // Проблемы современной системы подготовки высококвалифицированных спортсменов – Москва : ВНИИФК, 1975. – Вып. 2. – С. 24–26.
7. Матвеев Л. П. Модельно-целевой поход к построению спортивной подготовки (статья вторая) / Л. П. Матвеев // Теория и практика физической культуры – 2000. – № 3. – С. 28–37.
8. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В. Н. Платонов – Киев : Олимпийская литература, 1997. – 583 с.
9. Шустин Б. И. Проблемы прогнозирования модельных характеристик сильнейших спортсменов на отдельных этапах подготовки / Б. И. Шустин // Основы теории прогнозирования спортивных достижений. – Москва, 1983. – С. 81–87.

УДК 796.012.573.4.322

АНАЛІЗ ЗМІН ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ ДІЙ В НАПАДІ В СУЧАСНОМУ ЖІНОЧОМУ ГАНДБОЛІ

Світлана НЕЗГОДА¹, Вероніка ДМИТРУК²

¹ Національний університет «Львівська політехніка»,

² Центр математичного моделювання ІППММ
ім. Я. С. Пістригача НАН України

Постановка проблеми. Аналіз результатів ігор з гандболу чемпіонату суперліги України серед жіночих команд сезону 2014–2015 виявив значні зміни в динаміці цієї гри. Жіночий гандбол став більш рухливим і швидкісним, особливо в атаках. За спостереженнями наукових досліджень [1, 2, 3], головним фактором такого явища є зміни в техніко-тактичних діях як окремих гравців, так і команди в цілому.

Мета – проаналізувати зустрічні матчі чемпіонату суперліги України за 2014–2015 роки жіночої гандбольної команди «Галичанка», яка перемогла