

УДК 796.32

**ОБСЯГИ ТЕОРЕТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ
СПОРТСМЕНІВ У СИСТЕМІ
БАГАТОРІЧНОГО УДОСКОНАЛЕННЯ
У СПОРТИВНИХ ІГРАХ
(НА ПРИКЛАДІ НАСТІЛЬНОГО ТЕНІСУ,
ВОЛЕЙБОЛУ ТА ХОКЕЮ)****Мар'ян ПІТИН***Львівський державний університет фізичної культури,
Львів, Україна*

Анотація. Теоретична підготовка здійснюється як окремо, так і у межах реалізації кожної з інших сторін підготовки спортсменів. Вона повинна відбуватися на усіх етапах багаторічної підготовки спортсменів, що зумовлює актуальність досліджень у цьому напрямі.

Мета дослідження: визначити показники обсягів теоретичної підготовки спортсменів у видах спорту, що належать до групи спортивних ігор (на прикладі настільного тенісу, волейболу та хокею). Методи – теоретичний аналіз та узагальнення, аналіз документальних матеріалів, порівняння, методи математичної статистики. Організація – вивчено та порівняно навчальні програми для дитячо-юнацьких спортивних шкіл із настільного тенісу, волейболу, хокею.

Установлено, що у спортивних іграх на теоретичну підготовку спортсменів на етапі початкової підготовки виділено від 1,9 до 5,6% загального обсягу тренувальних навантажень, на етапі попередньої базової підготовки – 5,4–5,8% у хокеї та 1,9–3,6% у волейболі та настільному тенісі. Для етапу спеціалізованої базової підготовки встановлено широкий діапазон від 1,9% (настільний теніс) до 7,3% (хокей), та на етапі підготовки до вищих досягнень передбачено 20–60 год, 1,6–7,6%. Виявлена ситуація актуалізує дослідження з вирішень завдань теоретичної підготовки спортсменів у цій групі видів спорту.

Ключові слова: підготовка, теоретична, група, ігри, спортивні.

Постановка проблеми. Еволюція наукових поглядів на процес підготовки спортсменів у різних групах видів спорту позначилася на багатьох фундаментальних дослідженнях присвячених як окремим сторонам навчально-тренувального процесу – фізичній, технічній, тактичній, психологічній, інтегральній підготовці, так і їх поєднанні в системі багаторічного удосконалення спортсменів у різних видах спорту [7, 11].

Теоретична підготовка має свою частку в межах реалізації кожної з них та повинна відбуватися на усіх етапах багаторічної підготовки спортсменів (за В. Н. Платоновим [9]), що, на нашу думку, зумовлює коло актуальних досліджень у цьому напрямі.

Зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями. Дослідження виконано згідно з темою 2.8 «Удосконалення підготовки спортсменів в окремих групах видів спорту» Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2011–2015 рр. та теми «Основи теоретичної підготовки у спорті» Львівського державного університету фізичної культури на 2013–2017 рр.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Незважаючи на окремі спроби наукового пошуку в напрямі теоретичної підготовки спортсменів (М. Арпино, 2011; С. Белих, 2005; Ю.Ф. Буйлин и др., 1981; Г. А. Кузьменко, 2008; І. Г. Максименко, 2009; О. Ніколайчук, 2007; В. В. Строкатов, 1975 та ін.), у науковій та методичній літературі галузі фізичної культури та спорту відсутні фундаментальні дослідження щодо теоретичної підготовки у спорті в цілому та, у спортивних іграх зокрема [2, 3, 6, 10].

Мета дослідження: визначити показники обсягів теоретичної підготовки спортсменів у видах спорту, що належать до групи спортивні ігри (на прикладі настільного тенісу, волейболу та хокею).

Методи та організація дослідження. Використано методи теоретичного аналізу та уза

гальнення даних наукової та методичної літератури, аналіз документальних матеріалів, порівняння, методи математичної статистики. Організація дослідження передбачала вивчення обсягів теоретичної підготовки в нормативних документах систем підготовки спортсменів у спортивних іграх (на прикладі настільного тенісу, волейболу та хокею), тобто програм для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл та шкіл вищої спортивної майстерності.

Виклад основного матеріалу. Спортивні ігри за специфікою рухів, структурою змагальної та тренувальної діяльності фахівці традиційно виділяють як самостійну групу видів спорту [4, 7, 8, 9, 12]. Репрезентативний розгляд теоретичної підготовки у спортивних іграх з урахуванням різноманітності змагальної діяльності видів спорту цієї групи, на нашу думку, доцільний із залученням індивідуально-командної гри (настільний теніс), командних ігор програми Ігор Олімпіад (волейбол) та зимових Олімпійських ігор (хокей) [9] (рис. 1, 2).

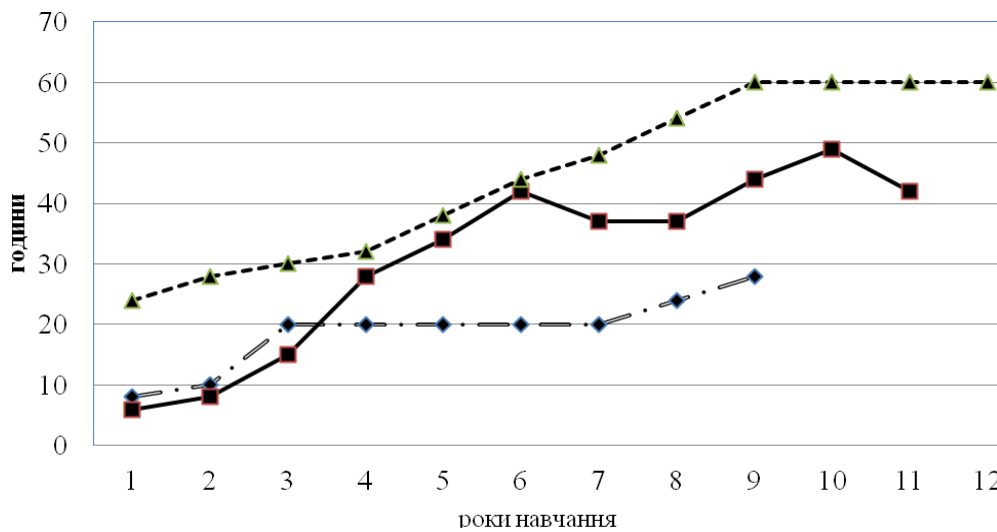


Рис. 1. Обсяги навчально-тренувальних навантажень із теоретичної підготовки спортсменів у спортивних іграх (год.):

◆ · настільний теніс ■ волейбол ▲ - хокей

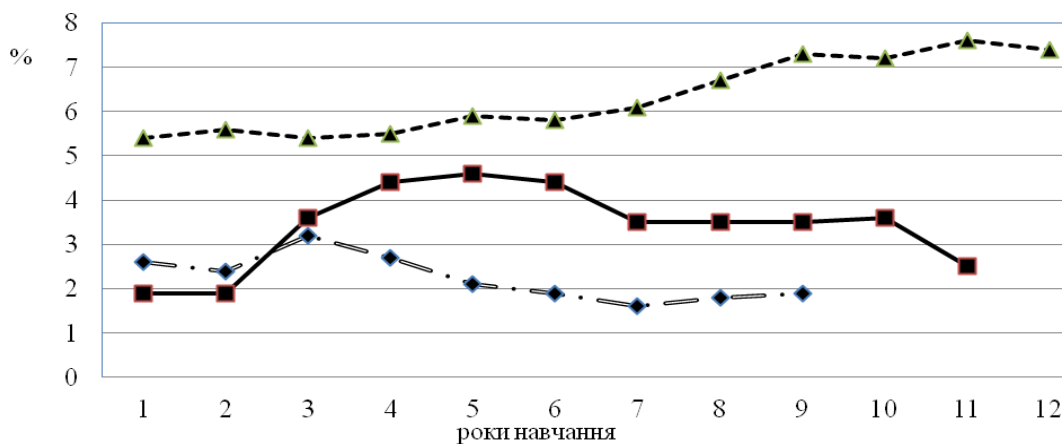


Рис. 2. Динаміка відсоткових показників обсягу навчально-тренувальних навантажень із теоретичної підготовки спортсменів у спортивних іграх (%):

◆ · настільний теніс ■ волейбол ▲ - хокей

Аналіз теоретичної підготовки в системі багаторічного удосконалення спортсменів у настільному тенісі, що проводився за навчальною програмою для ДЮСШ, СДЮШОР та ШВСМ [8], засвідчив достатньо широке коло актуальних питань. Наприклад, заняття з цього розділу підготовки рекомендуються до проведення під час практичних занять та у формі самостійних занять.

Однак, на відміну від інших сторін підготовки, відсутнє зазначення основних засобів, за допомогою яких можливо проводити ефективний процес формування специфічних знань тенісистів. Для визначення можливостей адекватного висвітлення усіх зазначених категорій та їх блоків у навчально-тренувальному процесі спортсменів у настільному тенісі ми вивчили співвідношення обсягів теоретичної підготовки на різних етапах багаторічної підготовки спортсменів.

Відповідно до програми ДЮСШ, на теоретичну підготовку спортсменів із настільного тенісу груп початкової підготовки першого року навчання передбачено 8 навчальних годин та в подальшому – 10 годин на рік. До цього обсягу навантаження можна додатково зараховувати інструкторську та суддівську практику (4 години на першому та по 12,5 год на кожному наступному році навчання).

Частка теоретичної підготовки в річній підготовці становить 8 год, 2,6% (3,8% з врахуванням суддівської практики) – на першому році навчання та 10 год, 2,4% (5,4%) – на наступних роках початкової підготовки.

Парадоксальною, з врахуванням того, що теоретична підготовка формує у гравців із настільного тенісу спеціальні знання, потрібні для успішної діяльності [8], виглядає ситуація коли в умовах спортивно-оздоровчого табору для спортсменів груп початкової підготовки в настільному тенісі будь-який обсяг годин теоретичної підготовки узагалі відсутній, проте наявні інструкторська та суддівська практика, що становить 3,9% від сумарного обсягу навантаження спортивно-оздоровчого табору.

Варто зауважити, що найбільш ємні резерви теоретичної підготовки є саме на етапі початкової підготовки з врахуванням необхідності гармонійної підготовки та уникнення її форування [7, 9]. Незбалансованим виглядає розподіл програмного матеріалу, де розгляд усіх тем передбачено впродовж восьми годин річного обсягу теоретичної підготовки.

Одним із базових компонентів формування будь-якої зі сторін підготовленості спортсменів є контроль [5, 11], критерії якого у випадку теоретичної підготовки тенісистів є незначеними.

Схожа ситуація спостерігається й на подальших етапах багаторічної підготовки. Так, для навчально-тренувальних груп (етапи попередньої базової підготовки та спеціалізованої базової підготовки) [8] обсяги теоретичної підготовки становлять по 20 год на усіх роках навчання. Умовно до них також можна долучити інструкторську та суддівську практику, яка на першому році займає 14 год та поступово зростає до 28 год (понад 3 роки перебування в навчально-тренувальній групі). Таким чином, частка теоретичної підготовки в умовах роботи навчально-тренувальних груп із настільного тенісу становить на першому році – 3,2% (5,4% із врахуванням інструкторської та суддівської практики), другому – 2,7% (4,4%), третьому – 2,1% (4,9%) та понад три роки – 1,9% (4,6%).

Нехтування теоретичною підготовкою кваліфікованих спортсменів знаходить своє відображення і в умовах спортивно-оздоровчого табору кваліфікованих спортсменів навчально-тренувальних груп (НТГ). Окрім цього, інструкторська та суддівська практика також суттєво занижені (до 3 годин упродовж табору) для кожного року, що становить від 2,0% (1 рік НТГ) до 1,4% (більше ніж 3 роки НТГ).

При зазначених малих обсягах підготовки спортсменів у настільному тенісі в навчально-тренувальних групах тематика за категоріями та блоками інформації є об'ємною. Це дозволяє стверджувати про невідповідність планування розділу теоретичної підготовки для спортсменів навчально-тренувальних груп у настільному тенісі. Водночас виявлена ситуація про вокує актуальні дослідження для компромісних вирішень завдань підготовки спортсменів у цьому виді спорту. З одного боку, необхідно здійснити якісну передачу інформаційного матеріалу зі значної кількості категорій і блоків знань та з другого – уникнути надмірного збільшення сумарних обсягів тренувальної роботи [5, 10].

Відзначимо, що для групи спортивного удосконалення (ГСУ) обсяг теоретичної підготовки також залишається малим, що унеможливує розгляд усіх запланованих на цей період інформаційних тем, блоків та категорій знань. Використання елементарних математичних

розрахунків вказують, що для першого року груп спортивного удосконалення частка теоретичної підготовки становить 20 год, 1,6% (52 год, 4,1% із врахуванням інструкторської та суддівської практики), другого року – 24 год, 1,8% (44 год, 3,2%) та більше ніж два роки – 28 год, 1,9% (64 год, 4,3%) відповідно. При цьому визначається необхідність розгляду 13 інформаційних тем, що унеможлиблює якісну передачу знань.

Звертаючи увагу на відмінності окремих підходів у системі багаторічного удосконалення в різних видах спорту навіть однієї групи, ми опрацювали навчальну програму для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю з волейболу [4].

Грунтуючи аналіз програми на спільних засадах дослідження, відзначимо, що для волейболу, як і для системи підготовки спортсменів у настільному тенісі, відзначається важливість теоретичної підготовки [4]. При цьому варто зазначити, що в цій програмі теоретична підготовка та інструкторська практика є розмежованими. З огляду на необхідність для проведення інструкторської практики обсягу специфічних знань ми використали кумулятивний підхід у підрахунку обсягів цих розділів навчально-тренувального процесу спортсменів у волейболі. Можна відзначити, що програма, підготовлена 2009 року, базується на нових підходах до структуризації підготовки спортсменів та побудована на фундаментальних даних В.Н. Платонова [9].

При цьому розділ теоретичної підготовки розглянуто досить дискретно на різних етапах навчання. Забігаючи наперед, зазначимо, що суттєвою прогалиною варто вважати відсутність організованої та об'єктивної системи контролю теоретичної підготовленості спортсменів. Порівняно з іншими сторонами підготовки, в яких зазначені основні засоби контролю та їх кількісні чи якісні показники, при розгляді контролю теоретичної підготовки на усіх етапах багаторічного удосконалення вказано, що контроль повинен відбуватися під час бесід у навчально-тренувальному процесі.

Установлення об'єктивних показників обсягу тренувального навантаження засвідчило їх прогресивну динаміку – з 6 годин (1-й рік етапу початкової підготовки) до 42 годин (етап підготовки до вищих досягнень), тобто збільшення майже на порядок. Як зазначалося, доповненням до теоретичної підготовки спортсменів є інструкторська практика, яка в системі багаторічної підготовки представлена нерівномірно. Так, у групах початкової підготовки її взагалі не передбачено і вперше рекомендовано до запровадження з першого року групи попередньої базової підготовки (12 год). Цікавим є те, що і у групах підготовки до вищих досягнень ДЮСШ вона також не представлена. Можна констатувати, що тільки у групах попередньої та спеціалізованої базової підготовки волейболістів рекомендується проводити інструкторську практику обсягом від 12 до 24 год упродовж річного циклу (макроциклу) підготовки [4].

Варто зазначити, що абсолютні показники нерівномірно відображають відсоткове співвідношення обсягу теоретичної підготовки для навчально-тренувального процесу та багаторічного удосконалення волейболістів. Так само присутні окремі зміни та доповнення у змісті інформації, яка планується для обговорення в теоретичній підготовці волейболістів та розглядатиметься в подальших дослідженнях.

У системі підготовки волейболістів на першому році групи початкової підготовки рекомендується приділяти 6 год на теоретичну підготовку, що становить 1,9%. Ураховуючи, що загальний обсяг тренувального навантаження спортсменів є малим (усього 312 год), вважаємо за необхідне суттєво збільшити час на ознайомлення та вивчення інформаційних категорій, блоків і тем як передумови подальшого зростання спортивної майстерності волейболістів. Окрім цього, ґрунтуючись на фундаментальних роботах із педагогіки та психології [2, 3, 5, 6], вбачаємо доцільною активізацію пізнавальних компонентів особистості юного спортсмена. Ці рекомендації можуть бути характерними для усього періоду перебування спортсмена у групі початкової підготовки. Цікавим є те, що фахівці [4] пропонують розділяти річний цикл підготовки на навчальний (вересень–травень) та літній (червень–серпень) періоди. При цьому, як зазначено вище, інформаційний матеріал із теоретичної підготовки на першому році групи початкової підготовки розраховано виключно на навчальний період. Схожа ситуація спосте-

рігається і на другому році групи початкової підготовки. На теоретичну підготовку виділено 8 год (1,9% від загального обсягу тренувальних навантажень).

На заключному році тренувань у групі початкової підготовки (3 рік) автори навчальної програми [4] пропонують збільшити абсолютний та відносний обсяги теоретичної підготовки з 8 до 15 годин, що становить до 3,6% від загального обсягу тренувального навантаження.

Наступним структурним етапом підготовки волейболістів є етап попередньої базової підготовки, який у підготовці спортсменів у цьому виді спорту розрахований на термін до п'яти років. Стосовно обсягу навчальних годин також відбуваються зміни. Автори [4] ввели до системи підготовки на цьому етапі інструкторську практику. Ураховуючи необхідність володіння для її проведення значним обсягом спеціальних знань [1, 3, 6] та рекомендацію провідних фахівців галузі [7, 9, 10, 11], спрямованість цього блоку варто розглядати в межах теоретичної підготовки. Таким чином, запропоновано в цілому збільшення навчальних годин до 28 у річному періоді підготовки на першому році навчання. Відносний обсяг становить 4,4% (6,4% із врахуванням інструкторської практики). З переходом волейболістів на другий та подальші роки навчання у групі попередньої базової підготовки відбувається подальше збільшення обсягу навчальних годин на цю сторону підготовки. Ми це пов'язуємо з природним збільшенням загальної кількості годин для навчально-тренувального процесу [7, 9].

Отже, на другому році для реалізації теоретичної підготовки визначено 34 год, що 4,6% (6,4% із врахуванням інструкторської практики), третьому – 42 год – 4,4% (7,1%), четвертому та п'ятому по 37 год – 3,5% (5,5 %) відповідно. Можна стверджувати, що при збільшенні абсолютних значень відсоткові показники обсягу годин навчально-тренувального процесу, призначеного для реалізації теоретичної підготовки, знижуються. Також відбувається незначна компенсація цієї сторони підготовки за рахунок інструкторської практики.

На відміну від інших видів спорту, проведений автором [4] розподіл навчально-тренувального процесу на навчальний та літній періоди дозволив констатувати розподіл годин як 21 та 7 год (75/25%) відповідно на першому році навчання, 25 та 9 год (73,6/26,4%) – на другому, 32 та 10 год (76,2/23,8%) – на третьому, 28 та 9 год (75,7/24,3%) – на четвертому, п'ятому роках навчання.

При цьому значна кількість фахівців [5, 6, 10] визначають резерви для отримання спеціальних знань у літній період. Це пов'язано з тим, що спортсмени не задіяні в безпосередньому навчальному процесі загальноосвітніх навчальних шкіл та мають можливість приділяти більше уваги самовдосконаленню та самоосвіті. Ми визначили, що потенціал літнього періоду навчально-тренувального процесу з теоретичної підготовки також значною мірою може бути реалізований за допомогою використання новітніх інформатизованих засобів та, навіть, дистанційних технологій [3].

Цікавим є те, що обсяги навчально-тренувальної роботи зазнають прогресивних змін. Установлено, що на першому році групи спеціалізованої базової підготовки для спортсменів-волейболістів пропонується 44 год приділяти для удосконалення теоретичної підготовленості. Це становить 3,5% від загального обсягу або 5,4% з врахуванням інструкторської практики. Для другого року навчання ситуація є такою – 3,6% (49 год) та 5,4% відповідно. Співвідношення навантаження в окремих структурних утвореннях (навчальний і літній макроцикли) становили 34 та 10 год (77,3/22,7%, перший рік) та 37 і 12 год (75,6/24,4%, другий рік навчання).

Останнім етапом у системі підготовки спортсменів-волейболістів у ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ [4] є етап (група) підготовки до вищих досягнень. Аналіз тренувальних обсягів, виділених на цю сторону підготовки, вказує, що він становить 42 год, тобто 2,5% від загального тренувального навантаження. Окрім цього, у такому випадку фахівці не передбачають на вказаному етапі інструкторської практики. Її виділено в окремий блок, який передбачає підготовку громадських тренерів і суддів. Співвідношення теоретичної підготовки навчального та літнього макроциклів становить 24 та 18 год (60,0/40,0%) відповідно.

Для об'єктивного представлення групи спортивних ігор розглянуто також теоретичну підготовку в системі багаторічного удосконалення спортсменів у хокеї [12]. Указано, що серед завдань системи підготовки спортсменів обов'язковими повинні бути такі: формування

спеціальних знань, умінь та навичок, потрібних для успішної тренувальної та змагальної діяльності, й набуття знань та практичного досвіду, потрібних для успішної тренувальної та змагальної діяльності. Це доповнює уже наявні дані в інших видах спорту [10].

Рекомендується приділяти на теоретичну підготовку хокеїстів на етапі початкової підготовки 24 год (перший рік навчання) та 28 год (другий рік навчання). У відсотковому співвідношенні це становить від 5,4% до 5,6% від річного обсягу тренувальних навантажень. Уже на етапі попередньої базової підготовки автори, природно, пропонують збільшити кількість годин на цю сторону підготовки до 30 на першому році навчання та надалі до 32, 38 та 44 год на 2–4 роках навчання у групах попередньої базової підготовки. Відзначимо, що через збільшення загальних обсягів тренувального навантаження спортсменів-хокеїстів на цьому етапі підготовки відсоткові значення обсягів теоретичної підготовки також зазнали змін. Для першого року вони становили 5,4%, другого – 5,5%, третього – 5,9% та четвертого – 5,8% від загального тренувального навантаження в річному циклі підготовки [12].

На четвертому році перебування спортсменів на етапі попередньої базової підготовки автори [12] до тренувального обсягу спортсменів рекомендують вводити теорію та практику суддівства. Цей розділ, на думку значної окремих фахівців, тісно пов'язаний із розділами теоретичної підготовки [6, 10]. Тому природним є врахування цих годин при розгляді проблематики дослідження. Таким чином, на теоретичну підготовку хокеїстів із врахуванням теорії та практики суддівства повинно припадати 8,5% від загального обсягу тренувальних навантажень четвертого року навчання у групах попередньої базової підготовки.

Схожа ситуація спостерігається для теоретичної підготовки спортсменів-хокеїстів на етапі спеціалізованої базової підготовки [12]. На першому році цього етапу хокеїстам пропонується приділяти 48 год на засвоєння системи спеціальних знань. Із переходом на більш пізні роки навчання абсолютні обсяги становлять 54 год – другий, 60 год – третій та четвертий роки навчання. Із врахуванням розділу теорії та практики суддівства обсяги зазнають змін та становлять 70, 76 та 84 год відповідно.

Відсоткові співвідношення цих показників стосовно загального тренувального навантаження в річних циклах підготовки вказують, що спортсмени-хокеїсти на першому році перебування на етапі спеціалізованої базової підготовки приділяють на формування та удосконалення теоретичної підготовки 6,1% (8,9% із врахуванням теорії та практики суддівства), другому – 6,7% (9,4%), третьому – 7,3% (10,2%) та четвертому – 7,2% (10,0%) відповідно.

Цікавим є те, що на етапі підготовки до вищих досягнень при нижчих загальних показниках тренувальних навантажень на теоретичну підготовку хокеїстів виділено по 60 год на першому та другому роках навчання. Із врахуванням розділу «Теорія та практика суддівства» встановлено незначні розбіжності – 86 та 88 год. Відповідно до цього, відсоткові показники становили 7,6% (10,9% разом із теорією та практикою суддівства) на першому році та 7,4% (10,8%) на другому році навчання на цьому етапі.

Висновки:

1. Згідно з навчальними програмами ДЮСШ, у спортивних іграх на теоретичну підготовку спортсменів на етапі початкової підготовки рекомендується приділяти від 6 до 28 навчальних годин у річному циклі підготовки, що становить від 1,9 до 5,6% загального обсягу тренувальних навантажень. На етапі попередньої базової підготовки найбільші обсяги, спрямовані на формування теоретичної підготовки, спостерігаються в хокеї (30–44 год, 5,4–5,8%) та дещо нижчі у волейболі (6–15 год, 1,9–3,6%) й настільному тенісі (8–10 год, 2,4–2,6%). Для етапу спеціалізованої базової підготовки встановлено широкий діапазон запропонованих обсягів навчально-тренувальної діяльності в різних спортивних іграх від 20 год, 1,9% (настільний теніс) до 60 год, 7,3% (хокей). Дискретність обсягів теоретичної підготовки присутня в спортивних іграх й на етапі підготовки до вищих досягнень – 20–60 год, 1,6–7,6% від загального обсягу навчально-тренувального навантаження в річному циклі підготовки.

2. Спостерігається невідповідність планування обсягів теоретичної підготовки спортсменів у спортивних іграх. Виявлена ситуація актуалізує дослідження стосовно теоретичної підготовки спортсменів у цій групі видів спорту, що пов'язане, з одного боку, із необхідністю

здійснення якісної передачі інформаційного матеріалу зі значної кількості блоків знань, з другого – уникнення надмірного збільшення сумарних обсягів тренувальних навантажень.

Перспективи подальших досліджень передбачають аналіз змісту теоретичної підготовки спортсменів у групі видів спорту – спортивні ігри.

Список літератури

1. Байкова М. А. Динамика ценностных ориентиров субъектов спортивной деятельности / М. А. Байкова // Ученые записки. – 2011. – № 5. – С. 15-18.
2. Білан Л. Л. Методика навчання як наука / Л. Л. Білан // Нові технології навчання : наук.-метод. зб. – К., 2009. – Вип. 57. – С. 18-21.
3. Васьков Ю. В. Знання як важливий компонент змісту фізкультурної освіти (історико-теоретичний аспект) / Васьков Ю. В. // Слобожанський науково-спортивний вісник : [зб. наук. пр.]. – Х., 2007. – № 11. – С. 234-239.
4. Волейбол : навч. програма для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю / В. В. Туровський, М. О. Носко, О. В. Осадчий, С. В. Гуркуша, Л. В. Жула – К., 2009. – 138 с.
5. Деркач А. А. Педагогическое мастерство тренера / А. А. Деркач, А. А. Исаев. – М. : Физкультура и спорт, 1981. – 375 с.
6. Кузьменко Г. А. Теоретическая подготовка юных спортсменов в системе реализации задач интеллектуального развития личности / Кузьменко Г. А. // Культура физическая и здоровье. – 2011. – № 4. – С. 39-43.
7. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты / Л. П. Матвеев. – М. : Известия, 2001. – 334 с.
8. Настільний теніс : навч. програма для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ / Гришко Л. Г. – К., 2000. – 86 с.
9. 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.
10. Теоретическая подготовка юных спортсменов : пособие для тренеров ДЮСШ / Буйлин Ю. Ф., Знаменская З. И., Курамшин Ю. Ф. и др. ; под ред. Буйлина Ю. Ф., Курамшина Ю. Ф. – М. : Физкультура и спорт, 1981. – 192 с.
11. Тер-Ованесян А. А. Педагогика спорта / А. А. Тер-Ованесян, И. А. Тер-Ованесян. – К. : Здоров'я, 1986. – 208 с.
12. Хокей з шайбою : навч. програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву та шкіл вищої спортивної майстерності. – К., 2009. – 103 с.

ОБЪЕМЫ ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ В СИСТЕМЕ МНОГОЛЕТНЕГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ В СПОРТИВНЫХ ИГРАХ (НА ПРИМЕРЕ НАСТОЛЬНОГО ТЕННИСА, ВОЛЕЙБОЛА И ХОККЕЯ)

Марьян ПИТЫН

*Львовский государственный университет
физической культуры, Львов, Украина*

Аннотация. Теоретическая подготовка осуществляется как отдельно, так и в рамках реализации каждой из остальных сторон подготовки спортсменов. Она должна реализовыв-

ваться на всех этапах многолетней подготовки спортсменов, что определяет актуальность исследований в этом направлении.

Цель исследования: определить показатели объемов теоретической подготовки спортсменов в видах спорта, входящих в группу спортивных игр (на примере настольного тенниса, волейбола и хоккея). Методы – теоретический анализ и обобщение, анализ документальных материалов, сравнение, методы математической статистики. Организация – изучены и сопоставлены учебные программы для детско-юношеских спортивных школ по настольному теннису, волейболу, хоккею.

Установлено, что в спортивных играх на теоретическую подготовку спортсменов на этапе начальной подготовки выделено от 1,9 до 5,6% общего объема тренировочных нагрузок, на этапе предварительной базовой подготовки – 5,4–5,8% в хоккее и 1,9–3,6% в волейболе и настольном теннисе. Для этапа специализированной базовой подготовки установлен широкий диапазон от 1,9% (настольный теннис) до 7,3% (хоккей), и на этапе подготовки к высшим достижениям предусмотрено 20–60 часа, 1,6–7,6%. Это актуализирует исследования по решению задач теоретической подготовки спортсменов в этой группе видов спорта.

Ключевые слова: подготовка, теоретическая, группа, игры, спортивные.

THEORETICAL TRAINING OF ATHLETES' IN THE LONG-TERM DEVELOPMENT IN SPORTS GAMES (TABLE TENNIS, VOLLEYBALL AND HOCKEY)

Maryan PITYN

Lviv State University of Physical Culture, Lviv, Ukraine

Abstract. Theoretical training has its share within each of the other parts athlete development. It should be conducted at all stages of long-term development of sportsmen, which determines actuality of current research in this area.

Objective: to determine the values of theoretical training in sports that belong to sports games (table tennis, volleyball and hockey). Methods – theoretical analysis and synthesis, analysis of documentary material, comparison, methods of mathematical statistics. Organization – the curricula for sports schools in table tennis, volleyball, hockey were studied and compared.

It was determined that theoretical training of athletes in sports games is as follows: at the stage of primary training – from 1,9 to 5,6% of the total training loads, during the previous basic training – 5,4–5,8% in hockey and 1,9 – 3,6% in volleyball and table tennis. At the stage of specialized basic training there is a wide range: from 1,9% (table tennis) to 7,3% (ice hockey), and at the stage of preparation for higher achievements include 20–60 hours, 1,6–7,6%. The observed situation actualizes research solutions of problems of athlete theoretical training in this group of sports.

Keywords: training, theoretical, group, games, sports.

References

1. *Bajkova M. A.* Dinamika cennostnyh orientirov subektov sportivnoj dejatel'nosti [Dynamics tsennostnyh oryentyrov subektov sportyvnoy activity] // Uchenye zapiski [Scientists note] . – 2011. – № 5. – S. 15-18. (*Rus.*)
2. *Bilan L. L.* Metodyka navchannya yak nauka [Methods of teaching as a science] // Novi tekhnolohiyi navchannya [New technology education]: nauk.-metod. zb. – K., 2009. – Vyp. 57. – S. 18–21. (*Ukr.*)

3. *Vas'kov Yu. V.* Znannya yak vazhlyvyi komponent zmistu fizkul'turnoyi osvity (istoryko-teoretychnyy aspekt) [Knowledge as an important component of physical education content (historical and theoretical aspect)] // Slobozhans'kyi naukovo sportyvnyy visnyk [Slobozhanskyi scientific-sport. Gazette]: [zb. nauk. pr.]. – Kh., 2007. – # 11. – S. 234-239. (Ukr.)

4. *Turovs'kyi V. V., Nosko M. O., Osadchyy O. V., Hurkusha S. V., Zhula L. V.* Voleybol : navch. prohrama dlya DYuSSh, SDYuShOR, ShVSM ta spetsializovanykh na-vchal'nykh zakladiv sportyvnoho profilyu [Volleyball]. – K., 2009. – 138 s. (Ukr.)

5. *Derkach A. A., Isaev A. A.* Pedagogicheskoe masterstvo trenera [Teaching Mastery Coach]. – M. : Fizkul'tura i sport, 1981. – 375 s. (Rus.)

6. *Kuz'menko G. A.* Teoreticheskaja podgotovka junyh sportsmenov v sisteme realizacii zadach intelektual'nogo razvitija lichnosti [Theoretical Preparation yunyh athletes in the realization of the system tasks intellectual development of personality] // Kul'tura fizicheskaja i zdorov'e [Culture fizycheskaja and health]. – 2011. – № 4. – S. 39-43. (Rus.)

7. *Matveev L. P.* Obshhaja teorija sporta i ee prikladnye aspekty [General Theory Sports and uh prykladnye aspects]. – M. : Izvestija, 2001. – 334 s. (Rus.)

8. *Hryshko L. H.* Nastil'nyy tenis [Table Tennis] : navch. prohrama dlya DYuSSh, SDYuShOR, ShVSM. – K., 2000. – 86 s. (Ukr.)

9. *Platonov V. N.* Sistema podgotovki sportsmenov v olimpijskom sporte. Obshhaja teorija i ee prakticheskie prilozhenija [System prepare athletes in Olympic sports. General Theory and Practical Applications ee] : ucheb. trenera vyssh. kvalif. – K. : Olimpijskaja literatura, 2004 – 584 s. (Rus.)

10. *Bujlin Ju. F., Znamenskaja Z. I., Kuramshin Ju. F. i dr. ; pod red. Bujlina Ju. F., Kuramshina Ju. F.* Teoreticheskaja podgotovka junyh sportsmenov [Theoretical Preparation young athletes] : posobie dlja trenerov DJuSSh / – M. : Fizkul'tura i sport, 1981. – 192 s. (Rus.)

11. *Ter-Ovanesjan A. A., Ter-Ovanesjan I. A.* Pedagogika sporta [Sport Pedagogy]. – K. : Zdorov'ja, 1986. – 208 s. (Rus.)

12. *Khokey z shayboyu* [Ice hockey] : navch. prohrama dlya dytyacho-yunats'kykh sportyvnykh shkil, spetsiali-zovanykh dytyacho-yunats'kykh shkil olimpiys'koho rezervu ta shkil vyshchoyi sportyvnoyi maysternos-ti. – K., 2009. – 103 s. (Ukr.)

Стаття надійшла до редколегії 11.02.2013