

Гальна спортивна обдарованість - це поєднання, сполучення задатків (генетично обумовлених морфо-функційних та психофізіологічних особливостей).

Попередні дослідження свідчать, що для сучасного спорту характерним є дуже великий обсяг тренувальних навантажень і достатньо емоційна змагальна діяльність на рівні стресу.

Таким чином, досліджуючи біологічну основу успішної тренувальної та змагальної діяльності можна робити висновки про рівень загальної обдарованості, яка і є предметом оцінки на початковому етапі спортивної підготовки юних боксерів.

## **ВІКОВІ ОСОБЛИВОСТІ ПОЧАТКОВОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ БОКСЕРІВ**

ПАЛАТНИЙ АРТУР

*Переяслав-Хмельницький державний пед. інститут ім. Г.С.Сковороди*

Фізична підготовка спортсмена є одним з багатьох компонентів сучасного багаторічного навчально-тренувального процесу. Особливе значення даному виду підготовки приділяється на початковому етапі (В.Г.Алабін, 1981, 1995; Н.Ж.Булгакова, 1985, 1996; П.В.Волков, 1993; В.С.Келер, В.М.Платонов, 1993; Л.В.Матвеев, 1977; М.Я.Набатнікова, 1982; М.В.Платонов, 1980, 1987; А.А.Тер-Ованесян, 1978; П.К.Сахновський, 1990; В.П.Філін, 1983, 1987 та інші).

На сьогоднішній день теорією і практикою боксу розроблені доцільні обґрунтовані рекомендації з організації початкової фізичної підготовки юних боксерів (І.П.Дегтярьов, 1987, 1983; Є.В.Калмиков, 1982; В.А.Насеткін, 1987; М.І.Романенко, 1985; В.П.Снігірьов, 1974 та інші). Однак, сучасні високі вимоги до підготовки спортсменів високої кваліфікації ставлять нові завдання, вирішення яких потребує спеціальних теоретичних та експериментальних досліджень.

Це відноситься, перш за все, до реалізації головного принципу спортивної підготовки дітей і підлітків - єдності особливостей вікового розвитку та великих сучасних тренувальних і змагальних навантажень.

Результати досліджень (І.А.Аршавський, 1981; Л.В.Влков, 1993; О.О.Гужаловський, 1986; М.Я.Набатнікова, 1992; В.П.Філін, 1987 та інші) свідчать, що реалізація принципу єдності вікового розвитку і тренувальних, змагальних навантажень у фізичній підготовці юних спортсменів базується на знаннях сензитивних періодів розвитку фізичних здібностей. Гетерохронність їх розвитку і зумовлює вибіркове тренувальне навантаження.

З метою глибшого вивчення даного питання і удосконалення практики початкової підготовки юних боксерів були проведені до-

слідження структури фізичної підготовки юних боксерів 12-13 років ( $n=31$ ). Для обробки результатів досліджень використані методи математичної статистики, в тому числі факторний аналіз (табл.1).

Таблиця 1

**Факторна структура фізичної підготовленості юних боксерів 12-13 років**

№	Фізичні здібності	Фактори	
		1	2
1	Швидкість	0.833	0.144
2	Швидкісна витривалість	0.724	0.471
3	Швидкісно-силові	0.817	0.083
4	Сила	-0.547	0.582
5	Спритність	0.182	0.646
6	Витривалість	-0.017	0.719
7	Гнучкість	-0.061	-0.567
	Сумарне навантаження змінних	2.222	1.844

Проведений аналіз свідчить, що структура фізичної підготовленості юних спортсменів містить два фактори. Перший фактор виділений як "швидкісно-силовий", в якому найбільшу вагу мають показники сили та швидкості. У другому факторі досить чітко виділяються показники витривалості (0.719) та спритності (0.646), що дає нам підстави оцінювати його як "координаційну витривалість".

Якщо розглядати та аналізувати ці дані з позиції побудови навчально-тренувального процесу, то слід говорити про найбільш ефективне співвідношення засобів вибіркового тренувального навантаження. Можна припустити, що на першому місці у фізичній підготовці боксерів 12-13 років будуть вправи, які спрямовані на розвиток швидкісно-силових здібностей, а на другому - координаційної витривалості.

Таким чином, на початковому етапі спортивної підготовки доцільно використовувати комплексний метод, який дозволяє в єдності виховувати фізичні здібності і навчати техніці рухів юних боксерів.

## ОСОБЛИВОСТІ РОЗРОБКИ СИСТЕМИ КОМПЛЕКСНОГО ПЕДАГОГІЧНОГО КОНТРОЛЮ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ СПОРТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ

КЛІЧКО ВОЛОДИМИР

*Переяслав-Хмельницький державний пед. інститут ім. Г.С.Сковороди*

Одним з основних компонентів системи управління багатолітньою підготовкою спортсменів є педагогічний контроль (Г.В.Олександрова, В.Ю.Волков, Ю.Т.Чихачев, 1985).