

**Характеристики спеціальних якостей висококваліфікованих спортсменів-ралістів**

Тести Умови	Вміння концентрувати і поділяти увагу	Вміння оцінювати віддаль до предметів	Вміння відчувати величину зусилля	Середні показники тестування
без впливу ЕМП	4.4	4.2	3.2	3.9
під впливом ЕМП	3.6	4.1	2.8	3.5

**ЛІТЕРАТУРА**

1. Платонов К. *Пособие для психофизиологического обследования водителей автомобиля // Автомобильный транспорт. 1980. №1. С. 59.*
2. Игнатов Н.А., Мишурун В.М., Мушегян Р.Т., Сергеев В.А. *Приборы и методики психофизиологического обследования водителей автомобилей..-М.: Транспорт, 1974. 174 с.*
3. Рибак О.Ю., Сапужак І.Я. *Система безпеки автомобільних змагань // Фізична культура, спорт та здоров'я: Зб. наукових робіт. Харків: ХАДІФДК, 1997 С. 175-177.*
4. Рибак О.Ю., Сапужак І.Я. *Система психо-фізіологічних обстежень автогонщиків // Індивідуальні психо-фізіологічні особливості людини та професійна діяльність: Матеріали 11-ої наукової конференції. Київ-Черкаси, 1997. - 110 с.*
5. Сопільник Л.І. *Дослідження впливу електромагнітних полів на інтенсивність дорожньо-транспортних пригод /Автоматика, вимірювання та керування: Вісник державного університету "Львівська політехніка". 1997, С.74-79.*

**ELECTROMAGNETIC FIELDS OF DIFFERENT FREQUENCY AND THEIR INFLUENCE UPON SPECIAL QUALITIES OF THE STRONGEST SPORTSMEN-MOTORISTS OF UKRAINE**

**OLEG PRYSHLYAK**

*L'viv State Institute of Physical Culture*

This article examines the influence of electromagnetic fields of different frequency upon special qualities (particularities of attention, stereoscopic sight, accuracy of motions) of the strongest sportsmen-motorists of Ukraine. Research of EMF influence upon psychophysical state and special motor qualities of sportsmen-motorists with use of biomechanic methods: - stereometry, - dynamometry, - testing of attention particularities.

**ВИКОРИСТАННЯ КОМПЛЕКСНОГО ТЕСТУ ДЛЯ ВИЗНАЧЕННЯ РІВНЯ СФОРМОВАНOSTІ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ НАВИЧОК ОРІЄНТУВАЛЬНИКІВ**

**ЛЮДМИЛА ПРОНТИШЕВА**

*Вінницький державний педагогічний університет імені М.Коцюбинського, м. Вінниця*

Серед актуальних проблем багаторічної підготовки спортсменів найбільш гострою є проблема оптимізації спортивного тренування на першому етапі спортивної підготовки, яка охоплює найбільш масовий контингент - дітей та підлітків, вирішує різні завдання і створює передумови для успішного спортивного удосконалення вироблених вже на початку навичок та умінь в спортивному орієнтуванні.

Вирішення проблеми відбору найбільш придатних до орієнтування дітей та ефективність формування техніко-тактичних навичок вже на початковому етапі є сьогодні актуальною і потребує наукового обґрунтування.

Але досліджень з цього питання проведено недостатньо, а в методичних розробках [1, 2, 3] і літературі по орієнтуванню [4] цим питанням приділено замало уваги. І на жаль рідко в

літературі розкривається наукове обґрунтування послідовності в становленні кожної якості, уміння, контролю рівня сформованості техніко-тактичних навичок орієнтувальників на кожному етапі спортивної підготовки.

Вирішення проблеми визначення рівня сформованості техніко-тактичних навичок орієнтувальників полягає, перш за все, у виборі найбільш інформативних показників, що визначають рівень підготовленості. Тому метою нашого дослідження було визначення таких показників. Дослідження було проведено у два етапи. На першому етапі досліджувались показники, які з різних сторін характеризують розвиток інтелектуальних можливостей. Вони настільки прості, що їх можна було застосувати для визначення придатності спортсменів-початківців до занять спортивним орієнтуванням. Це окремі показники концентрації і стійкості уваги, пам'яті, відчуття часу, напрямку, відрізка та відстані.

Проте, більшість фахівців вважають, що інформативність таких показників повинна мати крім того ще й комплексну спрямованість. Тому після пошуку такого тесту, був застосований для початківців і для спортсменів різної кваліфікації комплексний тест, який визначав показник швидкості на дистанції найпростішого орієнтування.

На першому етапі в дослідженнях взяли участь 51 хлопець і 40 дівчат, учні 3-х класів ЗОШ № 21, спортсмени різної кваліфікації ДЮСШ № 1 м. Вінниці і групи підвищення спортивної майстерності, тестування з якими проводилось восени 1999 року. На другому етапі проводилось тестування спортсменів різного віку та кваліфікації - учасників змагань з спортивного орієнтування в м. Хмельницькому і в м. Вінниці восени 2000 року. На цьому етапі взяли участь 83 хлопці та 52 дівчини. Всього 228 спортсменів ( майстрів спорту - 5 чол., кандидатів у майстри спорту - 9 чол., 1 розряду - 4 чол., 2-3 розряду - 8 чол., юнацьких розрядів - 85 чол.) і початківців.

Тестування проводилось на дистанції найпростішого орієнтування 50 м з 5 контрольними пунктами (КП), яка може бути поставлена на будь-якому майданчику, в спортзалі чи на лісовій галявині. Контрольні пункти такої дистанції розташовані по периметру і в середині квадрата із довжиною сторін 7 метрів. Відстань від лінії старту до найближчої сторони квадрата також

7 метрів. Відміткою на КП було його торкання.

Ми вважали, що час або швидкість проходження будь-якої дистанції має комплексну спрямованість і це може бути прийнято за показник, який з різних сторін характеризує розвиток інтелектуальних здібностей оперативного і просторового мислення та швидкості прийняття рішень, як комплексний показник рівня сформованості техніко-тактичних навичок орієнтування на будь-якому етапі спортивної підготовки.

Таким чином, у ході нашого дослідження ми визначили величину комплексного показника рівня фізичних якостей, інтелектуальних можливостей та здібностей до оперативного і просторового мислення у спортсменів різного віку. На основі отриманих даних нами була розроблена шкала оцінювання рівня розвитку техніко-тактичних навичок орієнтувальників (таблиця 1).

Таблиця 1

### Шкала оцінювання рівня розвитку техніко-тактичних навичок орієнтувальників

Оцінка і швидкість проходження дистанції (хв./км)						
Вік досліджених	Хлопці			Дівчата		
	"Відм."	"Добре"	"Задов."	"Відм."	"Добре"	"Задов."
9 - 11 років	9.0	9.2	9.3	9.2	9.4	9.6
11 - 13 років	7.1	7.3	7.6	7.2	7.4	7.7
13 - 14 років	6.4	6.5	7.0	6.5	6.6	7.1
15 - 16 років	6.1	6.2	6.4	не визначено		
Дорослі	4.3	4.9	5.4	5.0	5.2	5.7

Крім цього, дослідження показали, що така дистанція проста для сприйняття і використання, не потребує спеціального розвитку техніко-тактичних навичок, тому

можливо застосовувати як для відбору найбільш придатних до спортивного орієнтування дітей для визначення рівня їх інтелектуальних можливостей, так і для спортсменів можна застосовувати під час формування техніко-тактичних навичок орієнтування на початку і в кінці кожного року навчання, як показник контролю ефективності навчання.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Агальцов В.Н. и др. Факторы, обуславливающие успешность обучения и их связь с соревновательной результативностью у начинающих ориентировщиков. Сборник статей 41 научной конференции. Омск, 1990.
2. Воронов Ю.С. Факторная структура специальной работоспособности юных спортсменов-ориентировщиков. Журнал //Физическая культура, воспитание, образование, тренировка. 1998. - №4.- С. 45-47.
3. Худякова Л.А. Методика обучения ориентированию на местности учащихся учебно-тренировочных групп ДЮСШ. Автореферат. Москва, 1990.
4. G. Hasselsstrand. Learning orienteering step by step. Sweden., 1988. - С. 2-7.

### USE OF THE COMPLEX TEST FOR DEFINITION OF A LEVEL CONDITIONS FOR TECHNIQUE AND TACTICAL SKILLS SPORTSMEN OF ORIENTIRING LYUDMYLA PRONTYSHEVA

Vinnitsa State Pedagogical University after M.Kotsubinski

In clause the substantiation of application of the complex test for definitions of a level conditions for technical-tactical skills of orientation is made. Problem of creation of such skills on the initial stage of preparation the young sportsmen are very important.

In clause are described the organization of researches and their results. The methodical recommendations are given.

### ТЕХНОЛОГІЯ ВІДБОРУ СПОРТСМЕНОК - ФЕХТУВАЛЬНИЦЬ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ

ЛІДІЯ РАДЧЕНКО

*Національний університет фізичного виховання і спорту України*

**Актуальність** питань спортивного відбору і підготовки юних спортсменів визначається високим рівнем досягнень і вимог до лідерів великого спорту. Обдаровані спортсмени зустрічаються рідко, тому їхній пошук потребує комплексного, науково обґрунтованого підходу. При цьому тільки спортивний результат не може бути критерієм перспективності, а ряд інших показників, інформативних для дорослих спортсменів, піддається віковій динаміці в наслідок продовження розвитку організму [2, 3]. Саме тому, одним із найважливіших є питання: як із загальної маси виділити спортсмена, спроможного надалі показати високий спортивний результат, як оцінити перспективність юних атлетів.

**Новизна роботи** полягає в тому, що нами була запропонована й обґрунтована нова програма тестування спортсменок - фехтувальниць 12-14 років, що включала комплекс інформативних показників, які лімітують рівень спортивних досягнень у фехтуванні на етапі попередньої базової підготовки. Виділені блоки інформативних показників, які використовуються при відборі фехтувальниць 12-14 років; розроблена система оцінки перспективності спортсменів з урахуванням вікової динаміки показників. При виборі критеріїв і розробці системи оцінки вперше достатньо повно використовувалися можливості комплексного підходу.

**Ціль роботи** - розробити технологію оцінки перспективності спортсменок - фехтувальниць 12-14 років з урахуванням динаміки інформативних показників у віковому аспекті.

У процесі досліджень передбачалося вирішити такі завдання: