

## ТЕХНІЧНІ ДІЇ КВАЛІФІКОВАНИХ СПОРТСМЕНІВ У АЛЬПІЙСЬКИХ ДИСЦИПЛІНАХ СНОУБОРДИНГУ

Ольга ЗІНЬКІВ

*Львівський державний інститут фізичної культури*

**Постановка проблеми:** Сноубординг почав швидко розвиватись у світі в 80-их років. В 1998 р. на XVIII Зимових Олімпійських Іграх в Нагано сноуборд вперше дебютував, як олімпійський вид спорту.

В Україні цей вид спорту почав розвиватись лише в останні роки. У 1997 р. проведено перший Чемпіонат України з сноубордингу [1]. Однак, як у світі, та в Україні сноубординг залишається відносно “молодим” видом спорту. І це стосується не тільки розвитку організаційних структур, підготовки кваліфікованих фахівців наукового, теоретико-методичного забезпечення цього виду спорту.

В Україні сноубординг як вид спорту та система підготовки спортсменів у дисциплінах залишаються повністю не дослідженими. На наш погляд предмети “перших кроків” наукових досліджень присвячених сноубордингу мали б структуру змагальної діяльності, зміст та методика підготовки спортсменів у дисциплінах сноубордингу, розробка основ фізичної та технічної підготовки спортсменів в сноубордингу.

Практика розробки наукових проблем в багатьох видах спорту вказує на те, що переважно саме технічна підготовка започатковувала їх наукову розробку, пояснюється багатьма чинниками. Перш за все, саме з техніки починається ознайомлення з новим видом спорту в навчальному процесі початківців. Також зумовлює своєрідність та особливості підготовки у конкретному виді спорту. Тому предметом нашого дослідження було обрано технічні дії кваліфікованих спортсменів у альпійських дисциплінах сноубордингу.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій:** Бібліографічна база проблем надзвичайно обмежена. В процесі пошуку літератури присвяченої сноубордингу в Україні та близькому зарубіжжі, вдалось виявити лише декілька наукових популярних публікацій (В. Голембійовський, 1997; П. Кунич, 1998; С. Хівріч, 1998; С. Червінський, 2000), які вміщують замітки про проведення змагань з різних дисциплін сноубордингу та історичні аспекти його розвитку.

Щодо науково – методичних праць, то на сьогодні, з поміж доступних джерел, можемо відзначити роботи польських та німецьких авторів (Л. Повольни, П. Кунич, Є. Повольни, 1999; Д. Росьяк, М. Росьяк, 1999; Прімус Р. 1999), та вітчизняні наукові публікації (О.Зіньків 2002, 2003), які узагальнюють історичні аспекти розвитку сноубордингу та містять елементи аналізу дисциплін сноубордингу на основі регламентації змагальної діяльності. Ці роботи започатковують розробку теоретичних основ сноубордингу в цих країнах та в Україні.

Аналіз літературних джерел польських, німецьких авторів вказує на те, що наукова розробка сноубордингу перебуває на початковому етапі. Тобто змістом частини цих праць загалом присвячена опису техніки основних стійок, веденню досконалих у різних частинах повороту, завантаженню та розвантаженню сноуборду під час виконання повороту [3, 6].

Всі дії які ми зазначили вище описуються для навчання початківців і переважно на фрістайловому спорядженні. Мало уваги присвячено техніці проходження поворотів на змагальній трасі слалома та слалома-гіганта. Не описуються технічні дії спортсмена на змагальній трасі. Але саме вони забезпечують спортсмену перемогу на трасі, і тому, потребують ретельного вивчення.

**Формулювання цілей статті:** Вивчення технічних дій кваліфікованих спортсменів у альпійських дисциплінах сноубордингу.

**Результати дослідження:** На підставі аналізу літератури [4, 5], та досвіду спортивної практики можемо виділити ряд основних технічних дій проходження дистанції в альпійських дисциплінах сноубордингу: 1) техніка старту (стартова стійка, стартовий розгін); 2) техніка проходження поворотів на трасі (виконання поворотів фронтсайд та бексайд); 3) техніка проходження фінішної ділянки.

На результативність виконання технічних дій спортсменів в альпійських дисциплінах сноубордингу суттєво впливають технічні відмінності у проходженні поворотів на альпійському та фрістайловому спорядженні. Альпійське спорядження призначене для крутих слаломних поворотів та жорсткого втрамбованого снігу. Фрістайлове спорядження використовують для катання по свіжому та м'якому снігу, катання у хафпайпі та сноупарку. Слаломні повороти вимагають динамічнішої техніки та розвантаження дошки, а фрістайлове катання є більш повільнішим. Техніка катання по м'якому снігу відрізняється від катання по жорсткому снігу. На м'якому снігу основна стійка є дещо зміщена назад для того, щоб розвантажити передню дошку (щоб він не "потонув" у свіжому снігу). На вкатаному схилі спортсмен намагається як можна чіткіше завантажувати "ніс" дошки, щоб можна було швидше та ефективніше переходити у наступний поворот. У слаломі темп поворотів є дуже швидким і зміна поворотів має велику амплітуду.

Не менш суттєво на швидкість ковзання дошки по снігу впливають сучасні мазі ковзальні, які дають змогу перемагати спортсмену на пологих ділянках траси та при несприятливих погодних умовах.

### Висновки:

Аналіз різних літературних джерел та досвід спортивної практики дає можливість виділити наступні складові техніки проходження дистанції в альпійських дисциплінах сноубордингу:

- 1) техніка старту;
  - 2) техніка проходження поворотів по трасі;
  - 3) техніка проходження фінішної ділянки.
- Вивчення зовнішніх, об'єктивних факторів, які впливають на результативність технічних дій сноубордистів можемо виділити:
- 1) характер снігового покриву траси;
  - 2) рівень спорядження спортсмена;
  - 3) динамічні технічні засоби підготовки сноубордового спорядження.

### Література

1. Історичні аспекти становлення та розвитку сноубордингу // *Українська психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання та спорту*. - 2011. № 14. - с.53-56.

2. Golebiowski B. Boardercross // Snowboard.- 1997, N 2.- с.26-27.
3. Greg D. Snowboard podstawy, technika jazdy, sprzet.- M., 1998.
4. Powolny L., Kunysz P., Powolny E. Snowboard – technika, metoduka, szkolenie. – 1999
5. Primus R. Schulung, technik, wissenspeicher snowboard. – S., 1999.
6. Rosiak D., Rosiak M. Nauka jazdy na snowboardzie w weekend. – W., 1999.

## TECHNIQUE QUALIFICATION SPORTSMAN IN ALPINE DISCIPLINES OF SNOWBOARDING

Olga ZINKIV

*Lviv state institute of physical culture*

**Annotation.** The article deals, with specific technique qualification sportsman in alpine disciplines of snowboarding.

**Key words :** alpine disciplines, snowboarding, technique.

## ВІКОВІ КРИТЕРІЇ РІВНЯ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ

Святослав КОВАЛЬ

*Харківська Державна Академія Фізичної Культури*

**Постановка проблеми.** Спортивні ігри, у тому числі і футбол, у системі спорту вищих досягнень вірогідно вирізняються: це - колективні види спорту, тому кінцевий результат складається в них з ефективності дій усіх членів команд; спортивні досягнення в цих видах спорту реєструються не в будь - яких вимірюваних величинах, а числом перемог над суперником. Саме цей феномен являє собою головну мету, будь-якої, спортивної гри. Для футболу головну мету визначають як "необхідність забити у ворота команди - противника голів (м'ячів) більше, ніж пропустити у свої". Але, точно таку ж ціль переслідує і команда суперника - вона теж прагне ефективно "оптимізувати функцію мети" - перемогти протибачену команду - противника, за цим параметром. І будь - яка красива, гарна, що дає естетичне задоволення гра, будь - які, дуже оригінальні перебудови гравців на полі, тактичні задуми і ходи, технічна майстерність, що показується на полі командою в цілому і окремими гравцями, не можуть слугувати критерієм результативності у футболі, якщо не досягається головна мета - перемога. Вся історія розвитку футболу завжди була історією боротьби, не стільки за красу гри (це вторинна субстанція), скільки за перемогу, за пошук шляхів, засобів і методів, що ведуть до перемоги, за гол у ворота суперника.

**Зв'язок з найбільш важливими планами і завданнями.** Робота виконується