

8. Wrzos J. (1998) Piłkarskie Mistrzostwa Świata '98 – skuteczność wybranych działań techniczno-taktycznych, akcje ofensywne zakończone strzałem. *Sport Wyczynowy*, 11-12, 26-30.
9. Żmuda W. i wsp. (1999) Analiza porównawcza Mistrzostw Świata (1990-1998) jako wykładnik tendencji rozwojowych w piłce nożnej. W: *Nowoczesna piłka nożna – teoria i praktyka*. (red. A.Stuła). IWF Gorzów, 125-133.
10. Żmuda W. (2003) Analiza Mistrzostw Świata 2002 – Korea – Japonia. *Trener*, 1, 17-24.

THE AIM OF A WORK WAS TO ASSESS THE EFFECTIVENES AND THE IMPORTANCE OF PERMANENT STAGES OF A GAME IN FINAL PHASE OF TOURNAMENTS FOR EUROPE CHAMPIONSHIP- PORTUGAL 2004

Aleksander STULA*, Andrzej SZWARC**, Wojciech PRZYBYLSKI**

* Faculty of Physical Education in Gorzow Wlkp.

** Academy of Physical Education and Sport in Gdansk

Abstract. The method of a research was a direct observation supported by a video technique. The results of the research confirmed the increasing influence of the permanent game's elements on the sporting result in this type of championships. Almost 50% of gained goals are those goals gained from the permanent game's elements, mainly from the corner. Application indications concern training the players in an effective enforcement such permanent game's elements as the corner, penalty and out-return. These are those elements which have the biggest influence on the sporting result as far as the highest rank's tournaments are concerned.

КРИТЕРІЇ ТА СТРУКТУРА СПЕЦІАЛЬНОЇ ПІДГОТОВАНOSTІ КВАЛІФІКОВАНИХ ЛИЖНИЦЬ

Тетяна ДОРОФЄЄВА

Харківське обласне вище училище фізичної культури і спорту

Однією із необхідних умов вирішення проблеми управління підготовки спортсменів є розробка ефективної системи педагогічного контролю. Останній створює об'єктивні передумови для диференціації та індивідуалізації тренувальних навантажень у різних структурних ланках макроциклу підготовки. У лижному спорті розглядається велике число різноманітних тестів й контрольних вправ, за результатами яких рекомендується оцінювати стан підготовленості спортсменів різної кваліфікації [1-8]. Проте, не всі з них є специфічними для лижників і відповідають вимогам надійності та інформативності.

Крім того, проведення етапного педагогічного контролю у лижному спорті характеризується яскраво вираженим сезонним характером використання тренувальних засобів. Тести, що використовуються взимку, неможливо провести у безсніжному періоді підготовки та навпаки. Відсутність стандартної методики контролю ускладнює роботу тренера, не дозволяє оцінювати динаміку стану підготовленості спортсменів у різні періоди макроциклу. У таких умовах основою контролю, відбору та прогнозування результатів у лижних гонках може стати методика комплексного тестування із взаємозамінними контрольними вправами.

Тому метою нашої роботи було виявлення найбільш інформативних засобів педагогічного контролю та визначені структури підготованості лижниць-гонщиць у різні періоди сезону.

Для визначення оптимального діагностичного комплексу було відібрано 17 тестів. Вибір показників ґрунтувався на чинниках, що обумовлюють спортивний результат у лижних гонках. В обстеженнях взяли участь 50 лижниць-гонщиць у віці від 14 до 20 років, що мали кваліфікацію від 2 розряду до кандидата у майстри спорту. Результати досліджень були піддані кореляційному та факторному аналізу з використанням системи статистичного аналізу даних "Statistical".

Аналіз взаємозв'язку результатів контрольних випробувань зі спортивним результатом у гонці на 5 км вільним стилем виявив високу міру інформативності окремих програм (табл. 1).

Таблиця 1

Інформативність показників спеціальної підготованості лижниць у річному циклі

Показники, що оцінюються	Коефіцієнти кореляції контрольних вправ	
	Підготовчий період	Змагальний період
Ейттєва ємність легень	0.252	0.349 p=0.95
Гарвардський степ-тест	0.582 p=0.999	0.769 p=0.999
Висота одноопорного положення лижника	0.055	0.210
Постава рук	0.369-0.324 p=0.99-0.95	0.448-0.326 p=0.99-0.95
Поштовх руками	0,267-0,242	0,436-0,473 p=0,99
Сума сили рук	0,369 p=0,99	0,465 p=0,99
Поштовх ногами	0,422 p=0,99	0,023
Відведення ноги	0,331 p=0,99	0,460 p=0,99
Приведення ноги	0,235	0,391 p=0,95
Сума сили ніг	0,397 p=0,999	0,327 p=0,95
Робота рук на тренажері (3 хвилини)	0.210	0,779 p=0,999
Висота допер, двокроковим у підйом 9°	0.725 p=0.999	—
Висота допер, двокроковим у підйом 6-9°	—	0,630 p=0,999
Тім 400 м максимально	0.305	—
Тім 400 м двокроковим ковзанярським	—	0.577 p=0,999
Тім 3000 м максимально	0.708 p=0.999	—
Лижі 5 км	—	0,894 p=0,999
Коефіцієнт можливості кореляції	0.938	0,912
Коефіцієнт можливості детермінації	0.879	0,832

Висота допер – висота визначалась за допомогою тензодинамографії за методикою В. К. Кузнецова.

Тім – показник сильнішої руки, друга – обома руками.

Найкращий кореляційний зв'язок зі спортивним результатом у підготовчому періоді продемонстрували показники ЖЄЛ, рівноваги, поштовху руками,

приведення ноги, імітації роботи рук у поперемінному двокроковому ході та бігу на 400 м. У змагальному періоді недостовірна кореляція спортивного результату виявлена лише з двома показниками: рівновагою та поштовхом ногами. Розрахунок кореляційної матриці показав, що ці критерії впливають на рівень спортивних досягнень не прямо, а опосередковано. Так, результат у бігу на 400 м тісно взаємозв'язаний із результатом у бігу на 3 км, життєвою місткістю легень та силою різноманітних груп м'язів, а рівновага – із середнім часом подолання 200 м підйому поперемінним двокроковим ходом.

Сумарний вплив на спортивний результат у гонці на 5 км вільним стилем запропонованого комплексу контрольних випробувань виявився достатньо високим: коефіцієнти множинної кореляції та детермінації у підготовчому періоді склали $r=0,938$ і $l=0,879$, у змагальному – $r=0,912$ і $l=0,832$. Це означає, що діагностичні комплекси етапного педагогічного контролю на 87,9% та 83,2% визначають рівень спортивних результатів лижниць-гонщиць на цій змагальній дистанції.

Для встановлення міри значущості основних фізичних якостей та показників функціонального стану лижниць був використаний факторний аналіз. Його результати вказують, що на досягнення високого рівня спортивного результату у лижних гонках вільним стилем на 5 км у жінок впливають у основному 7 факторів (рис. 1). На спеціально-підготовчому етапі підготовчого періоду підготовки спільний вклад виділених факторів склав 87,23%, у змагальному періоді – 92,19%.

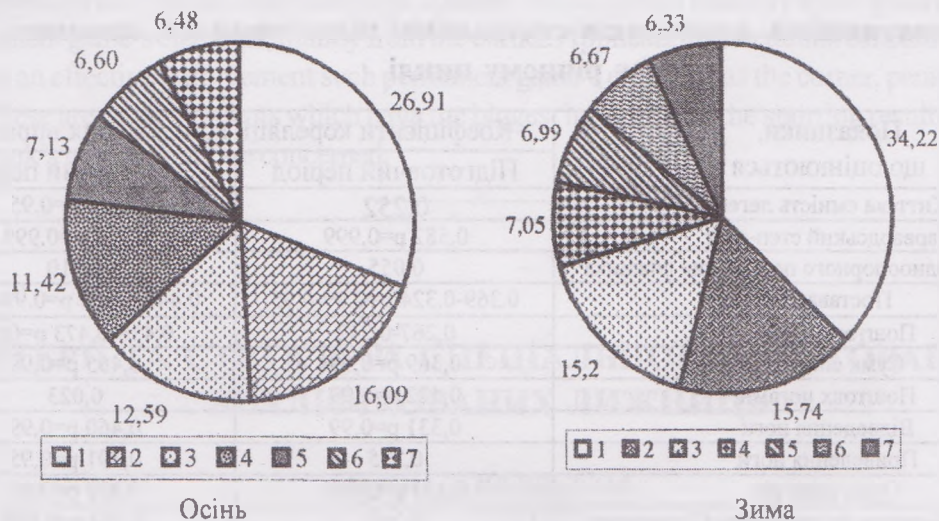


Рис. 1. Структура спеціальної підготованості юних лижниць на етапах річного циклу. Умовні позначення – у тексті.

У безсніжному періоді підготовки перший фактор (26,91%) взаємозв'язаний з усіма показниками, що характеризують силу м'язів рук. В другому факторі (16,09%) значущі зв'язки одержали показники, що віддзеркалюють функціональну підготовленість й силову витривалість м'язів ніг. Третій фактор (12,59%) характеризує силу м'язів ніг. Четвертий фактор (11,42%) відображає силову витривалість рук. П'ятий фактор (7,13%) – анаеробна витривалість. Шостий фактор (6,60%) – рівновага. Сьомий (6,48%) фактор характеризує можливості дихальної системи.

Структура підготованості юних лижниць у змагальному періоді зазнає деяких змін. У першому факторі (34,22%) найбільші вагомості коефіцієнти знов мають показники сили м'язів. Другий фактор (15,74%) об'єднує функціональну підготовленість та силову витривалість м'язів рук. Третій фактор (15,20%) зумовлює сила м'язів ніг. Четвертий фактор (7,05%) характеризує можливості дихальної системи спортсменок. П'ятий фактор (6,99%) відображає спроможність зберігати рівновагу. Шостий фактор (6,67%) є критерієм силових витривалість м'язів ніг. Сьомий фактор (6,33%) – анаеробна витривалість.

Зіставлення одержаних результатів з даними інших дослідників дозволяє стверджувати, що вільний стиль пересування подає підвищені вимоги до рівня спеціальної силової підготовки лижниць. Раніше, у класичних лижних ходах найбільш значущі факторні ваги приходилися на показники, що характеризують загальну витривалість та загальну фізичну підготовленість. Вклад силових підготованості був значно нижчим і складав від 4,3% до 25%.

Таким чином, висновки з результатів проведеного дослідження зводяться до наступного:

1. Результати дослідження підтверджують можливість об'єктивної оцінки рівня спеціальної підготовленості лижниць на етапах річного циклу за запропонованими діагностичними комплексами тестів.
2. Структура спеціальної фізичної підготованості на різних етапах річного циклу описується за допомогою семи значущих факторів, що є основними критеріями тренуваності у лижних гонках.
3. Проведені дослідження підтверджують доцільність внесення змін у спрямованість тренувального процесу в сторону збільшення частки засобів силових підготовки юних лижниць.

Література

1. Гибадуллин И.Г. Зависимость спортивного результата от общей и специальной физической подготовленности // Теория и практика физической культуры. – 1984. – №3. – С.30-31.
2. Кошкарёв Л.Т. Педагогический контроль в подготовке лыжников-гонщиков: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Малаховка, 1987. – 16 с.
3. Кузнецов В.К. Силовая подготовка лыжника. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 96 с.
4. Манжосов В.Н. Тренировка лыжников-гонщиков (очерки теории и методики). – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 96 с.
5. Мартынов В.С., Черемняков Б.Ф. Информативность педагогических и медико-биологических показателей физической подготовленности квалифицированных лыжников-гонщиков // Теория и практика физической культуры. – 1986. – №1. – С.20-21.
6. Набатникова М.Я., Жилкина Л.Г., Кабачкова П.И. Система педагогического контроля в подготовке юных лыжников-гонщиков // Лыжный спорт. – 1978. – Вып. 2. – С. 25-27.
7. Стародубцев Г.В. Исследование эффективности отдельных контрольных упражнений и оценочные нормативы по общей и специальной физической подготовке лыжников-гонщиков // Лыжный спорт. – 1980. – Вып. 1. – С. 21-23.
8. Фомин С.К. Лыжный спорт. – К.: Радянська школа, 1988. – 176 с.

CRITERIONS AND STRUCTURE OF SPECIAL PREPARATION OF SKIERS-RACERS

Tetyana DOROFEEVA

The Kharkov regional higher college of physical culture and sport

Abstract. The outcomes of a research confirm a possibility of an objective evaluation of a level of preparation of skiers – racers on the offered complexes of the tests. The structure of special preparation in ski rapid motions at various stages of a year cycle is described by 7 significant factors. The researches confirm necessity of magnification of a long of tools of force preparation of skiers.

Key words: skiers – racers, special preparation, significant factors.

ЕФЕКТИВНІСТЬ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ ДІЙ У ПРОВІДНИХ ЧОЛОВІЧИХ КОМАНД З БАСКЕТБОЛУ

Євген ПАВЛЕНКО

Національний університет фізичного виховання і спорту України

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Інтегральним показником ефективності змагальної діяльності спортсменів, команд є спортивний результат. Однак для отримання інформації про компоненти, що його забезпечують, важливо врахувати показники обсягу та результативності, варіативності і стабільності технічних прийомів і тактичних дій [4, 5, 8].

Аналіз науково-методичної літератури та узагальнення досвіду роботи тренерів показав, що проблема підвищення ефективності змагальної діяльності в баскетболі була та залишається актуальною [1, 2, 3, 6, 7, 9].

Особливого значення та необхідності вивчення набуває аналіз і оцінка ефективності змагальної діяльності найсильніших спортсменів, команд, які виступають на головних міжнародних змаганнях, таких як Олімпійські ігри, чемпіонати Світу, чемпіонати Європи.

У 2004 році відбулися Ігри XXVIII Олімпіади, що й обумовило спрямованість наших досліджень.

Мета досліджень – аналіз ефективності техніко-тактичних дій збірних команд, які брали участь у баскетбольному турнірі серед чоловіків на XXVIII Олімпійських іграх.

Методи досліджень. Застосовувалися наступні методи досліджень: аналіз даних літературних джерел, інформаційної мережі Інтернет, технічних протоколів змагань з баскетболу серед чоловічих команд на Іграх XXVIII Олімпіади, педагогічне спостереження, опитування, методи математичної статистики.

Результати досліджень та їх обговорення. В олімпійському баскетбольному турнірі 2004 року приймало участь 12 команд, серед яких 5 представляли країни Європи, 3 – з Америки, 2 – з Океанії, і по одній з Азії та Африки. Дев'ять з них брали участь у попередніх Іграх, що свідчить про групу країн-лідерів, що сформувалася на різних континентах світу. Однак через обмежену кількість учасниць команд від континентів з