

Ключевые слова: общая физическая подготовленность, технико-тактические действия, корреляционная взаимосвязь.

INTERRELATION OF GENERAL PHYSICAL PREPAREDNESS INDICES AND COMPETITIVE ACTIVITY OF QUALIFIED VOLLEYBALL – PLAYERS

Yaroslav GNATCHUK

Lviv State Institute of Physical Culture

Abstract. Meaningful interaction between the indices of general physical preparedness and activity of competition activity of qualified volleyball – players is described in the article.

Key words: general physical preparedness, technical and tactic actions, correlation analysis.

ДО ПРОБЛЕМИ ВІДБОРУ ДІТЕЙ ДЛЯ БІГУ НА СЕРЕДНІ ДИСТАНЦІЇ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ СПЕЦІАЛІЗАЦІЇ

О.ГОЛОВЧЕНКО, А.КУДРЕНКО

Сумський державний педагогічний університет ім. А.С.Макаренка

Виставився проблеми. Результати в сучасному спорті, що безперервно зростають, вимагають фахівців своєю фантастичністю, і, саме вони загострили увагу тренерів і спортсменів у боротьбі за перемогу. Визначити потенціал спортсмена і правильно його використовувати допомагають фахівці та тренери. Чим швидше і своєчасно відбувається ця дія (відбір і орієнтація), тим вище і стабільніше спортивний результат.

Тренери наполегливо вишуковують нові прийоми, методи тренування, залучаючи до роботи фахівців суміжних сфер діяльності: лікарів, фізіологів, біохіміків, спеціалістів з кібернетики і статистики, які допомагають в боротьбі за перемогу на світовій арені.

Зважаючи, що у пошуках нових шляхів вирішення проблеми відбору, спеціалісти звернули і до юнацького спорту, прагнучи використовувати етап спортивної підготовки дітей з максимальною користю для досягнення результатів у спорті вищих дивізіонів. Сучасний рівень спортивних результатів настільки високий, що підійти до нього більше перевищити, можуть люди, що володіють винятковими фізичними здібностями. Це викликає необхідність відбору осіб з найвищим рівнем фізичних здібностей, функціональних можливостей, які є важливими для досягнення успіху в спорті.

Мета останніх досліджень і публікацій. Аналіз стану проблеми, в сучасній науковій літературі, з питання важливості відбору та орієнтації у легкій

атлетиці на етапі початкової спеціалізації до бігу на середні дистанції, а зокрема Волков Л.В., Зеличенко В.Б., Никитушкин В.Г., Губа В.Г., Сидоренко В., Яковлів В. Красновецька Т., вказує на особливу значущість оптимізації тренувального процесу юних спортсменів на етапі початкової підготовки (у легкій атлетиці в 10-13 років) та вибору індивідуальної спортивної спеціалізації з метою подальшого поглиблення заняття спортом [2].

За даними досліджень таких вчених, як Бальсевич В.К., Змачинский А.А., Мамаджанов Н.М., Волков В.М., Дорохов Р.Н., Заціорский В.М., Булгакова Н.Ж., Рагимов Р.М., Сергеенко Л.П., Іваськів Б.К., підвищені вимоги, які зарекомендувалися до спортивної підготовленості, викликають необхідність ширшого вивчення проблеми вибору спеціалізації, озброєння тренерів, викладачів та вчителів фізичної культури сучасними знаннями об'єктивних критеріїв відбору оптимальними показниками перспективного прогнозування.[4; 5].

Стрімке зростання спортивних досягнень вимагає постійного пошуку нових ефективних форм і методів роботи на всіх етапах багаторічної підготовки. Особливістю сучасного періоду розвитку спорту є пошук талановитої молоді та науково-обґрунтованого вибору спортивної діяльності з метою повного розкриття потенціальних можливостей кожної особистості.

З позицій сьогодення, за дослідженнями В.М Платонова, значна увага приділяється науково-прикладним дослідженням з медико-біологічних та психологічних аспектів юнацького спорту, зокрема визначенню особливостей адаптації організму юного спортсмена до сучасних тренувальних і змагальних навантажень, обґрунтуванню учбово-тренувальних режимів, роботи спортивних педагогів з питань виховної діяльності тренера, методів дослідження психічних якостей та фізичного стану юних спортсменів, відбору до занять спортом [6].

Разом з тим, відставання основної маси українських бігунів, що продовжується на міжнародних змаганнях, а також великий відсів дітей на початкових етапах підготовки в спортивних школах, настійно вимагає пошуку науково-обґрунтованих педагогічних критеріїв відбору і визначення фізичних здібностей юних бігунів до бігу на середні дистанції. Враховуючи вищезазначене, дослідження такого питання, як відбір дітей до бігу на середні дистанції на етапі початкової спеціалізації, стає дуже актуальним.

Проаналізовані нами наукові джерела з питань спортивного відбору, досвід підготовки педагогічних кадрів, соціально-педагогічної значущості проблеми дають нам підставу визначити мету дослідження – обґрунтування педагогічних аспектів відбору дітей в бігу на середні дистанції.

Організація дослідження: Для визначення кількісних показників в спортивних педагогічних тестах, темпів їх приросту за 1 рік, нами проведені експериментальні дослідження. На початку року у тих, що займаються в групі початкової підготовки, були зроблені виміри обсягу грудної клітини(см) і заміряна життєва ємність легень (ЖЄЛ) та проведено тестування.

Результати початкового та повторного тестування юнаків 11-12-річного віку представлені в таблиці 1.

Результати дослідження та їх обговорення. При аналізі даних таблиці 1, на себе звертає увагу той факт, що в кожній з вікових груп юнаків 11-12 років є окремі учні з індивідуально-високими показниками в окремих тестах.

Разом з тим, серед 11-12-річних юнаків є такі, які за темпами розвитку

Таблиця 1

Динаміка параметрів спортивно-педагогічних тестів хлопчиків віком 11-12 років

Параметри, ПЛБ	Вік	Біг: 5 хв., м	Стрибок з місця, см	Човниковий біг, с	Підтягування, раз	Біг 30 м, с	Розміри грудн. клітки, см	ЖЄЛ, см
А	11	1180	186	7,7	6	4,9	66	2150
	12	1410	208	7,4	16	4,6	68	2260
Б	11	1350	196	7,8	8	4,9	66	2150
	12	1420	216	6,8	17	4,5	69	2280
В	11	1130	185	8,3	6	5	60	2000
	12	1210	206	7,8	11	4,8	64	2070
Г	11	1270	200	7,9	5	4,9	64	2070
	12	1340	214	7,8	11	4,6	66	2180
Д	11	1320	200	7,3	13	5,1	65	2100
	12	1390	216	7,1	17	4,7	67	2200
Є	11	1250	200	7,6	10	4,8	62	2020
	12	1340	208	7,5	13	4,7	65	2140
Ж	11	1240	203	8,3	6	5	60,5	2010
	12	1290	215	7,9	9	4,8	60,5	2080
З	11	1280	204	7,9	11	4,8	61	2020
	12	1330	210	7,5	14	4,7	62	2100
И	11	1190	188	8,2	5	5	59	2000
	12	1250	199	7,9	8	4,9	60	2050
К	11	1390	210	7,8	8	4,8	68	2200
	12	1505	218	7	15	4,4	70	2350

динамічного дозрівання істотно випередили своїх однолітків, тобто акселерати, а також із сповільненим темпом розвитку – ретарданти. Цим і пояснюється не тільки у фізичному розвитку, але і в рівні фізичної підготовленості. Цими словами, одноразові контрольні випробовування в переважній більшості випадків свідчать лише про оперативну готовність виконувати запропонований тест і дуже мало інформують про його перспективні можливості. Фізичний спортивний результат бігуна залежить не лише від первинного (початкового) рівня розвитку фізичних якостей, а від темпів приросту цих якостей і спеціального тренування.

Таким чином, дані педагогічного експерименту і їх узагальнення дозволяють визначати мінімальні значення початкового рівня і темпів приросту фізичних якостей для юних бігунів на витривалість 11-12-річного віку, що перекликається з результатами досліджень В.Б. Зеличенка [3]. При такій схемі потенційних можливостей бігунів на витривалість високий початковий рівень фізичних якостей і високі темпи їх приросту можна прогнозувати як дуже великі здібності (таланти), середній вихідний рівень фізичних якостей і високі темпи приросту – середні здібності. Високий вихідний рівень фізичних якостей і середні темпи приросту можна спрогнозувати як середні здібності. Відповідно, високий вихідний рівень фізичних якостей і низькі темпи їх приросту – низькі здібності. Ці дані дозволяють тренерам об'єктивно судити про перспективність обрання учнів до змагання на певній дистанції.

Виявлені об'єктивні закономірності вказують на необхідність перегляду традиційного уявлення про рівномірність і взаємообумовленість приросту з віком тотальних (росто-вагових) і рухових, в даному випадку силових і швидкісно-силових показників. Розглянувши роль детермінуючих спортивний талант чинників, ми навмисно не торкнулися подробиць генетики розвитку дитини, оскільки це – окрема тема досліджень [1].

Ріст спортивних досягнень зупинити неможливо. Проте суттєво змінюється масштабність цього росту: вже зараз в більшості видів легкої атлетики результати реєструються з точністю до сотої долі секунди. Не за горами той час, коли спортивні результати в стрибках фіксуватимуться з точністю до міліметра. І чим повільніше зростатимуть спортивні рекорди, чим диференційованішою буде оцінка спортивних досягнень, тим більш необхідною стане обов'язкова, тонка оцінка спортивних здібностей на всіх етапах багатолітньої підготовки – від новачків до олімпійців.

Можна з упевненістю сказати, що вдосконалення методів відбору перспективних спортсменів сприятиме подальшому і неухильному зростанню спортивних результатів.

Висновки

1. На основі аналізу науково-методичної літератури і узагальнення досвіду роботи тренерів-викладачів виявлено, що відбір бігунів на середні дистанції, як і в інших видах легкої атлетики, залежить від різнобічних критеріїв, одним з яких є педагогічний метод відбору;
2. Для виявлення перспективних учнів 11-12 років до бігу на середні дистанції необхідна комплексна оцінка генетично обумовлених морфофункціональних показників, експресивна оцінка їхнього рівня фізичного стану, фізичних здібностей і темпів приросту результатів в педагогічних тестах за перший рік тренувального процесу;
3. у групі юнаків 11-12 років найвищі темпи приросту мають показники сили і витривалості, які відіграють ключову роль в бігу на середні дистанції. Подальше місце займають швидкісно-силові показники, показники спритності, а також швидкісні показники. Подібний аналіз дає змогу зробити правильний відбір відповідної спеціалізації.

Література

1. Губа В.П. Актуальные проблемы современной теории и методики определения раннего спортивного таланта / Губа В.П. // Теория и практика физ. культуры. Тренер: Журнал в журнале. – 2000. – № 9. – С. 28–31.
2. Запорожанов В.А., Сахновский К.П., Кузьмин А.И. Методика оценки перспективности спортсменов в условиях центра отбора // Теория и практика физической культуры. – 1990. – № 4. – С. – 27–29.
3. Зеличенко В.Б. Критерии отбора и комплектования сборных национальных команд по легкой атлетике: Автореф. ... канд. пед. наук. – М.; 1998. – 20 с.
4. Змачинский А.А. Дифференцированный подход к организации учебно-тренировочного процесса юных легкоатлетов 10-14 лет на основе физического развития и физической подготовленности.: Автореф. ... канд. пед. наук. – М., 1998. – 20 с.

5. Івасюк Б.К., Васірук М.С., Самальська Н.І. Виявлення спортивної схильності у хлопків легкоатлетів до бігу на середні дистанції // Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні: Зб. наук. пр. – Рівне: Принт Хауз, 2001. – Вип. 2. – С. 390–392.
6. Платонов В.Н., Сахновський К.П. Підготовка юного спортсмена. – К.: Радянська школа, 1988. – 210 с.

ПРОБЛЕМИ ВІДБОРУ ДІТЕЙ ДЛЯ БІГУ НА СЕРЕДНІ ДИСТАНЦІЇ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ СПЕЦІАЛІЗАЦІЇ

О.ГОЛОВЧЕНКО, А.КУДРЕНКО

Сумський державний педагогічний університет ім. А.С.Макаренка

Анотація. У статті розглянуті питання важливості відбору та орієнтації у легкій атлетикі на етапі початкової спеціалізації до бігу на середні дистанції.

Ключові слова: відбір, витривалість, початкова спеціалізація.

ПРОБЛЕМЕ ОТБОРА ДЕТЕЙ ДЛЯ БЕГА НА СРЕДНИЕ ДИСТАНЦИИ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ

А.ГОЛОВЧЕНКО, А.КУДРЕНКО

Сумской государственной педагогической университет им. А.С.Макаренко

Анотация. В статье рассмотрены вопросы важности отбора и ориентации в легкой атлетике на этапе начальной специализации для бега на средние дистанции.

Ключевые слова: отбор, выносливость, начальная специализация.

THE PROBLEM OF CHILDREN'S SELECTION FOR RUNNING ON MIDRANGES ON THE STAGE OF ELEMENTARY SPECIALIZATION

O.HOLOVCHENKO, A.KUDRENKO

Samy State Pedagogical University named after A.S.Makarenko

Annotation. A. In the article the questions of selection and orientation's importance in track-and-field running midranges on the stage of elementary specialization are considered.

Keywords: selection, endurance, elementary specialization.
