

РЕЗУЛЬТАТИ ПРОВЕДЕНОГО АНКЕТУВАННЯ ПРОВІДНИХ СПЕЦІАЛІСТІВ УКРАЇНИ З ПИТАНЬ ВІДБОРУ ТА ПІДГОТОВКИ ВАТЕРПОЛІСТІВ РІЗНОГО ВІКУ ТА КВАЛІФІКАЦІЇ

Олександр ПОПРОШАЄВ

Національна юридична академія України ім. Ярослава Мудрого

Анотація. В роботі розглядається результати проведеного анкетування тренерів Харкова, Львова і Саудівської Аравії, з питань які торкаються розподілу гравців за ігровим амплуа у водному поло на етапах багаторічної підготовки спортсменів. Визначаючи спеціалізацію юних ватерполістів, які показники антропометричних даних, спеціальної плавальної і технічної підготовленості вони беруть до уваги та чи необхідно починати спеціалізовану підготовку центральних захисників, центральних нападаючих і гравців середньої зони у віці 12 – 14 років.

Ключові слова: Анкетування, ігрові амплуа, спортсмени різної кваліфікації, структура спеціальної підготовленості, показники фізичного розвитку, спеціальна плавальна та технічна підготовленість.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Подальше удосконалення методики підготовки у водному поло неможливе без наукового обґрунтування усіх сторін тренувального процесу спортсмена, включаючи питання, пов'язані з відбором та розподілом гравців за ігровим амплуа в системі ДЮСШ, а також методики тренування юних та кваліфікованих ватерполістів в залежності від ігрового амплуа. Великий внесок у рішення цих проблеми внесли роботи Ю.Д. Железняка [1], В.М. Платонова [4], М.М. Рижака [5], І.Ф. Земцова [2], М.І. Кочубея [3], В.М. Чернова [6] та інших. Проте, велике коло питань залишається ще не вирішеним чи недостатньо вивченим. По-перше необхідно визначити з якого віку потрібно починати спеціалізовану базову підготовку юних ватерполістів, а також якими принципами та методами слід керуватися при відборі та розподілі гравців за ігровим амплуа.

Робота виконана за планом НДР кафедри фізичного виховання Національної юридичної академії України ім. Ярослава Мудрого та кафедри водних видів спорту Харківської державної академії фізичної культури

Метою роботи є з'ясування думки фахівців щодо різноманітних питань пов'язаних з відбором та підготовкою ватерполістів різного віку та кваліфікації.

Матеріали і методи дослідження.

В анкетуванні взяли участь 38 провідних спеціалістів України (м. Харкова та м. Львова) та Саудівської Аравії (м. Джідда), які працюють з групами початкової і базової підготовки, а також з командами вищої ліги і мають другу, першу і вищу тренерську категорії. Серед респондентів були і заслужені тренери України (ЗТУ), під керівництвом яких команди ставали чемпіонами і призерами відкритих Чемпіонатів України серед юнаків і серед команд вищої ліги, володарями кубка України та кубка Арабських Чемпіонів, а також призерами Олімпійських ігор та Всеукраїнських Універсіад і Спартакіад. Серед яких потрібно виділити: І.І. Зінкевича («Динамо» Львів, ЗТУ), який підготував 8 учасників Олімпійських ігор; О.І. Лахтурова (ХДВУФК № 1, ЗТУ), який підготував переможців і призерів чемпіонатів України та членів збірної юніорської команди України з водного поло; С.В. Колточихіна тренера вищої категорії, який вже 10-ть років працює у спортивному клубі Саудівської Аравії. Найкращі спортивні досягнення його учнів це переможці чемпіонатів України, переможці чемпіонату Саудівської Аравії та чемпіони Кубка Арабських Чемпіонів.

Розроблена нами анкета містила низку питань, які нас цікавили, а саме: з якого віку тренери починають розподіл гравців за ігровим амплуа (12-17 років), визначаючи спеціаліза-

цію юних ватерполістів; які показники антропометричних даних, спеціальної плавальної і технічної підготовленості вони беруть до уваги; чи існують розходження в проведенні ними тренувань для гравців різних ігрових амплуа, а також, чи необхідно починати спеціалізовану підготовку центральних захисників, центральних нападаючих і гравців середньої зони у віці 12 – 14 років.

Результати досліджень і їхнє обговорення.

На питання “З якого віку Ви починаєте розподіл гравців за ігровими амплуа?” 55 % респондентів назвали вік 14 років; 27 % опитаних починають розподіл гравців за ігровим амплуа з 13 років і 18 % респондентів – з 12 – річного віку.

Визначаючи спеціалізацію юних ватерполістів за показниками структури спеціальної підготовленості, які побічно характеризують рівень фізичного розвитку (за соматичними та фізіометричними ознаками); спеціальну плавальну і технічну підготовленість, опитані відзначили таку значущість різних показників структури спеціальної підготовленості залежно від ігрового амплуа:

1. Для центральних захисників серед соматичних показників усі респонденти (100 %) назвали як значущі довжину рук та їх сегментів, 91 % – довжину тіла, 5 % – довжину тулуба, 4 % – масу тіла і довжину нижніх кінцівок та їх сегментів, 28 % – ширину плечей і 19 % – окружність грудної клітки.

Говорячи про фізіометричні показники, значущість сили кисті для центральних захисників відзначили 82 %, а ЖЄЛ – 46 % опитаних.

З показників, що характеризують спеціальну плавальну підготовленість, для центральних захисників, 82 % опитаних відзначають важливість здатності й ефективності переміщення у воді у вертикальному напрямку, 73 % також називають спеціальну витривалість, 55 % відзначають значущість спуртових можливостей при плаванні ватерпольним кролем і здатність до переміщення у воді з різкою зміною напрямків, 46 % підкреслюють важливість спуртових можливостей при плаванні на спині і треджемом і 37 % відзначають важливість спринтерських можливостей для гравців даного амплуа.

У спеціальній технічній підготовленості 91 % респондентів відзначають такі показники як найбільш важливі для гравців, що спеціалізуються в захисті (центральных захисників): точність основного кидка з місця, спеціальна ігрова працездатність, фізична працездатність і ряд фізичних якостей, які забезпечують дальність кидка. 73 % опитаних підкреслюють значущість точності при виконанні навісного кидка з місця і 55 % відзначають важливість точності при виконанні основного кидка з ходу для гравців даного амплуа, 46 % респондентів називають як значущі швидкість ведення м'яча, час обробки м'яча при виконанні основних кидків з місця і з ходу і точність навісного кидка з ходу.

2. Для центральних нападаючих із соматичних показників усі опитані (100 %) назвали значущість маси тіла, 73 % опитаних відзначили важливість довжини тіла і ширини плечей, 55 % респондентів – довжину верхньої кінцівки і її сегментів, а також окружності грудної клітки, 37 % підкреслюють важливість довжини нижньої кінцівки і її сегментів і 28 % віддають перевагу значенням довжини тулуба для гравців, що спеціалізуються в центральному нападі.

З фізіометричних показників для гравців даного амплуа 100 % опитаних відзначають важливість сили кисті, а також 73 % віддають перевагу ЖЄЛ.

Для центральних нападаючих у спеціальній плавальній підготовленості 91 % анкетованих назвали як значущі спеціальну плавальну витривалість і здатність до переміщення у воді у вертикальному напрямку, 37 % – спринтерські можливості і спуртові можливості при плаванні ватерпольним кролем, 28 % – спуртові можливості при плаванні на спині і треджемом і 19 % здатність до переміщення у воді з різкою зміною напрямків.

У спеціальній технічній підготовленості для центральних нападаючих усі 100 % респондентів виокремлюють важливість фізичної працездатності в процесі ігрової діяльності, 91 % опитаних відзначають значущість спеціальної ігрової працездатності, а також часу обробки м'яча при виконанні основного кидка з місця, 64 % називають значущою точність виконання основного кидка з місця і з ходу, 55 % – точність навісних кидків з місця і з ходу, а

також час обробки м'яча при виконанні основних кидків з ходу, 37 % – фізичні якості, які забезпечують дальність кидка і 28 % – швидкість ведення м'яча.

3. Для гравців середньої зони найбільш важливими соматичними показниками, на думку опитаних, є довжина верхньої кінцівки і її сегментів (55 %), довжина нижньої кінцівки і її сегментів (46 %), довжина тіла (37 %), довжина тулубу і ширина плечей (по 28 %), а також маса тіла й ОГК (по 9 %).

З фізіометричних показників, на думку опитаних, велике значення має сила кисті (86 %), важливість ЖЄЛ виділили 46 % анкетованих.

У структурі спеціальної плавальної підготовленості для гравців, що спеціалізуються в рухливому нападі чи півзахисті всі опитані назвали значущість спринтерських можливостей (100 %), спуртових можливостей при плаванні ватерпольним кролем (100 %) і здатності до переміщення у воді з різкою зміною напрямків (100 %), 73 % опитаних виділили значущість спуртових можливостей при плаванні на спині і тредженом, 64 % також виокремлюють спеціальну плавальну витривалість і 19 % відзначають значущість здатності гравців середньої зони до переміщення в воді у вертикальному напрямку.

У спеціальній технічній підготовленості гравців середньої зони 100 % опитаних називають як найбільш значущі такі показники спеціальної ігрової працездатності: швидкість ведення м'яча, точність основного кидка з ходу і час обробки м'яча при виконанні основних кидків з ходу, 91 % опитаних для гравців даного амплуа підкреслюють значущість ефективності виконання навісних кидків з ходу, 82 % анкетованих відзначають фізичні якості, які забезпечують дальність кидка і точність основного кидка з місця. 64 % респондентів відзначають значущість точності навісного кидка з місця, а також часу обробки м'яча при основному кидку з місця і 55 % опитаних для гравців середньої зони назвали значущість фізичної працездатності.

При визначенні спеціалізації юних ватерполістів 40 % анкетованих звертають увагу, крім перерахованих, і на інші показники. До таких показників належать: здатність вибрати місце на ігровому полі, висота посадки і вистрибування з води, гра на випередження, швидкість переключення від оборони до атаки і навпаки, ігровому мисленню і його швидкості, психологічним якостям (сміливості, впевненості і лідерським здібностям) і бажанню учня (гравця), грати в захисті чи в нападі.

28 % опитаних віддають перевагу проведенню відбору у відділення з водного поло у юнаків віком 10-12 років, 19 % – 11-12 років, 19 % – 9 років, 9 % – з 8 до 11 років, 9 % – 7 років, і 9 % – з 12 років.

Розподіляти гравців за ігровими амплуа 55 % опитаних рекомендують, починаючи з 14 років; 28 % у ролі оптимального з цього погляду виокремлюють період з 12 до 13 років; 9 % – з 13 до 15 років і 9 % називають віковий період з 12 до 15 років.

Необхідно відзначити, що тренери, що працюють з командами вищої ліги, указують на доцільність розподілу гравців за ігровим амплуа з 12-13 років, а тренери, що працюють у ДЮСШ із групами початковою і базовою підготовкою при цьому виокремлюють вік 14 – 15 років.

Відповідаючи на питання, чи існують розходження в проведених Вами тренуваннях для гравців різного ігрового амплуа по таких параметрах як загальний обсяг тижневої роботи на суші, загальний обсяг тижневої роботи у воді, інтенсивність роботи в відсотковому відношенні до загального обсягу плавальної підготовки, загальний обсяг технічної підготовки, загальний обсяг спеціальної плавальної підготовки, 55 % опитаних засвідчили той факт, що в них немає розходжень у проведеній тренувальній роботі для гравців різних амплуа. Однак респонденти при цьому відзначають, що, залежно від амплуа, варіюють плавальні режими і швидкість пропливання відрізків у період плавальних зборів, а також, залежно від ігрового амплуа, розподіляється спрямованість у технічній підготовці, тобто рухливі нападаючі більше уваги приділяють кидкам з ходу, центральні захисники – кидкам з місця, а центральні нападаючі – кидкам із двох метрів, знаходячись спиною до воріт.

Усі 100 % анкетованих відзначили, що загальний тижневий обсяг роботи на суші для всіх спортсменів однаковий, незалежно від ігрового амплуа.

Говорячи про загальний обсяг тижневої роботи у воді, 91 % опитаних відзначили, що тут не існує відмінностей для гравців різних амплуа; 9 % опитаних відзначають розходження в проведеній роботі для центральних нападаючих.

72 % респондентів відзначили, що інтенсивність роботи в процентному відношенні до загального обсягу плавальної підготовки не відрізняється у ватерполістів різного ігрового амплуа, 9 % – розподіляють її для центральних захисників, 28 % – для центральних нападаючих і 9 % – для гравців середньої зони.

Загальний обсяг технічної підготовки для 81 % опитаних іде за однією програмою, а 19 % для центральних нападаючих її варіюють.

Загальний обсяг спеціальної плавальної підготовки для 64 % опитаних не відрізняється, залежно від ігрового амплуа, 19 % респондентів змінюють його і вводять розходження для центральних захисників, 36 % – для центральних нападаючих і 28 % – для гравців середньої зони.

Відповідаючи на питання, чи треба починати спеціалізовану підготовку центральних захисників, центральних нападаючих і гравців середньої зони у віці 12-14 років, 54 % опитаних відповіли: “Так (обов'язково)”, а 46 % – відповіли: “Ні”.

На питання про те, з якого віку повинна починатися спеціалізована підготовка, залежно від ігрового амплуа, 55 % опитаних назвали вік 14 і 14-15 років, 19 % – віковий період 13-14 років, 9 % – з 13 до 17 років і 9 % – з 12 до 15 років.

Аналізуючи отримані результати анкетування тренерів, слід відзначити, що в питаннях, пов'язаних із тренувальним процесом спортсменів, відзначається приблизно однакове бачення даної проблеми тренерами, які працюють у ДЮСШ і з командами вищої ліги. У свою чергу, на питання, пов'язані з відбором гравців за ігровим амплуа і початком спеціалізованої підготовки, залежно від ігрового амплуа, відзначаються різко протилежні відповіді і думки. Тренери, що працюють з командами вищої ліги, відзначають вік 12-13 років, а тренерський склад, працюючий у ДЮСШ із групами початкової підготовки, називають вік 14-15 років як найбільш оптимальний для початку спеціалізованої підготовки і розподілу гравців за ігровим амплуа. Така розбіжність безпосередньо позначається на ефективності тренувального процесу. Коли спортсмен потрапляє в команду вищої ліги, ймовірно, тренер відчуває у процесі гри його недостатню підготовленість залежно від обраного ігрового амплуа і змушений додатковий час приділяти спеціальній підготовці даного спортсмена. А якщо врахувати, що до 20 років ватерполіст є вже практично сформованим гравцем, то, за великим рахунком, ця робота не буде настільки ефективна на даному етапі, порівняно з тим, якщо б вона була проведена вчасно в ДЮСШ, коли найбільш доцільним є активний розвиток фізичних якостей, підвищення рівня загальної плавальної працездатності, а також удосконалення техніки володіння м'ячем.

Висновок

Результати проведеного анкетування тренерів Харкова, Львова і Саудівської Аравії, свідчать про те, що питання відбору гравців за ігровим амплуа на даному етапі не розв'язані остаточно і вимагають більш поглибленого вивчення. Також немає єдиної думки в питаннях щодо початку спеціалізованої підготовки залежно від ігрового амплуа, тому що тренери, які працюють з командами вищої ліги, і тренерський склад, що працює у ДЮСШ із групами початкової та базової підготовки, визначають різні вікові періоди як найбільш оптимальні для початку спеціалізованої підготовки і розподілу гравців за ігровим амплуа.

Перспектива подальших досліджень. У подальшому перспектива розвідок у даному напрямку може торкатися різних питань психологічної підготовки як юних так і кваліфікованих ватерполістів в залежності від ігрового амплуа.

Список літератури

1. Железняк Ю. Д. Совершенствование системы подготовки спортивных резервов в игровых видах спорта : автореф. дис. ... д-ра пед.наук / Ю. Д. Железняк. – М., 1981. – 43 с.
2. Земцов І. Ф. Водне поло : навч. прогр. для дит.-юнац. спорт. шкіл, спеціаліз. дит.-юнац. шкіл олімп. резерву. – К., 2001. – 91 с.
3. Кочубей М. И. Многолетнее планирование специальной плавательной и технической подготовленности юных ватерполистов 12 – 16 лет : автореф. дис. ... канд. пед. наук / М. И. Кочубей. – М., 1989. – 24 с.

4. *Платонов В. Н.* Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – Киев : Олимпийская литература, 1997. – 583 с.
5. *Рыжак М. М.* Водное поло в вузе : учеб.- метод. пособие для ВУЗов / М. М. Рыжак. – М.: Высшая школа, 1984. – 144 с.
6. *Чернов В. Н.* Контрольные тесты показателей технической и специальной плавательной подготовленности ватерполистов в процессе многолетней подготовки : метод. рек. для студ. и слушателей ф-та усовершенствования ГЦОЛИФКа / Чернов В. Н., Голомазов С. В., Кочубей М. И. – М., 1988. – 28 с.
7. *Šaranec D.* Waterpolo / Darco Šaranec, Predh. A. Lambasa ; Il. N. Milićević. – Novo. dor. izd. – Beograd : Sportska Knjiga, 1988. – 64 s.

**РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОВЕДЕННОГО АНКЕТИРОВАНИЯ
ВЕДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ УКРАИНЫ ПО ВОПРОСАМ ОТБОРА
И ПОДГОТОВКИ ВАТЕРПОЛИСТОВ РАЗНОГО ВОЗРАСТА И КВАЛИФИКАЦИИ**

Александр ПОПРОШАЕВ

Национальная юридическая академия Украины имени Ярослава Мудрого

Аннотация: В работе рассмотрены результаты проведенного анкетирования тренеров Харькова, Львова и Саудовской Аравии, по вопросам касающихся распределения игроков по игровым амплуа в водном поло на этапах многолетней подготовки спортсменов. Определяя специализацию юных ватерполистов, какие показатели антропометрических данных, специальной плавательной и технической подготовленности они принимают во внимание и необходимо ли начинать специализированную подготовку центральных защитников, центральных нападающих и игроков средней зоны в возрасте 12-14 лет.

Ключевые слова: Анкетирование, игровые амплуа, спортсмены различной квалификации, структура специальной подготовленности, показатели физического развитие, специальная плавательная и техническая подготовленность.

**RESULTS OF THE QUESTIONNAIRE OF UKRAINIAN LEADING EXPERTS
ON SELECTION AND TRAINING OF WATER POLO PLAYERS
OF DIFFERENT AGES AND QUALIFICATION**

Olexander POPROSHAIEV

National Law Academy of Ukraine named after Yaroslav Mydryi

Abstract: The article presents the results of the survey by questionnaire of Kharkiv, Lviv, Saudi Arabia's coaches of the division of players according to they place game in water polo during many years period of sportsmen training. They pay attention to the determination about specialization young water polo players their anthropometrical qualification, special swimming and technical preparing, is it necessary to begin specialize preparing of central defend, central attack and players of central zone at the age of 12-14.

Key words: Questionnaire, game speciality, sportsmens of different qualification, structure of special training, level of physical development, special swimming training, technical training.