В статье рассмотрены вопросы формирования волевых качеств у детей занимающихся БМХ-рейсинг на начальном этапе спортивной подготовки в ДЮСШ. Представлены основные тенденции и особенности формирования волевых качеств в зависимости от индивидуально-возрастных факторов, специфики тренировочной и соревновательной деятельности. Поиск новых моделей организации учебно-тренировочного процесса, активизация учебно-познавательной деятельности спортсменов на начальном этапе тренировок являются главным заданием в БМХ-рейсинг.

Ключевые слова: БМХ-рейсинг, волевые качества, дети, спортивная подготовка

Annotation. D.V.Piontkovskiy Forming of voiitional quaiities for children which get busy BMKh-reysing.

This articie covers volitional quaiities of children, who are engaged in bmx-racing on the initiai stage of training at sports school. Principal trends and forming peculiarities of voiitional quaiities are presented in relation to age-specific factors and specifics of training and emuiative activity. Search for new modeis of training process organization, activization of educational and cognitive activity of sportsmen on the initiai stage of training is the key task of BMX-racing.

Key words: BMX-racing, voiitional qualities, children, sports training.

Пітин М. П.
Львівський державний університет фізичної культури, м. Львів

МІСЦЕ ТЕОРЕТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ У СИСТЕМІ БАГАТОРІЧНОГО УДОСКОНАЛЕННЯ У ТХЕКВОНДО ВТФ

Встановлено, що не задекларовано програмний матеріал із теоретичної підготовки у системі багаторічного удосконалення спортсменів у Тхеквондо ВТФ, який мав би передбачати засвоєння гравцями потрібного комплексу знань, які сприяли б досягненню високих спортивних результатів. Частка теоретичної підготовки у річному циклі складає 1,9–3,6% для груп початкової підготовки, 4,5–3,5% (6,4–5,5% з врахуванням інструкторської та суддівської практики) у групах попередньої базової підготовки, 3,5–3,9% (5,4–5,6%) у групах спеціалізованої базової підготовки та 3,9% (5,8%) – підготовки до вищих досягнень.

Ключові слова: місце, система підготовки, теоретична підготовка, Тхеквондо ВТФ.

Постановка проблеми. Узагальнення наукової думки галузі фізичної культури і спорту дозволили констатувати існування відносно окремих та водночас тісно взаємопов'язаних сторін процесу підготовки [4, 7, 8].

При цьому у відповідності зі дидактичними закономірностями навчально-тренувального процесу у спорті має місце послідовність утворення у спортсменів різних сторін підготовленості при яких першочергово відбувається формування знань (теоретичної підготовка) та в подальшому на їх основі – умінь та навичок [5, 8, 9].

Зв'язок з науковими темами та планами. Дослідження виконане згідно теми 2.8 «Удосконалення підготовки спортсменів в окремих групах видів спорту» Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2011–2015 рр. та ініціативної теми «Основи теоретичної підготовки у спорті» Львівського державного університету фізичної культури на 2013–2017 рр.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Відзначається [5, 6, 7], що для спорту є притаманна постійна актуалізація окремих компонентів та системи підготовки в цілому. Незважаючи на існування окремих досліджень у напрямі теоретичної підготовки спортсменів [8, 9, 11] у науковій та методичній інформації відсутні дослідження щодо

теоретичної підготовки у спорті в цілому з визначенням притаманної їй цілісно орієнтованої системи методів і засобів передачі та формування специфічних знань між учасниками спортивно-педагогічного процесу.

Таким чином, обумовлюється необхідність створення ефективного підґрунтя процесу удосконалення спортивної майстерності на різних етапах багаторічної підготовки та водночас сприяння гармонійному розвиткові особистості спортсмена через визначення місця теоретичної підготовки на прикладі різних груп видів спорту [1, 2, 5, 7].

Мета дослідження: визначити структуру та зміст теоретичної підготовки у системі багаторічного удосконалення спортсменів у тхеквондо ВТФ.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення, порівняння, аналіз документальних матеріалів, методи математичної статистики.

Виклад основного матеріалу. Для отримання об'єктивної інформації про теоретичну підготовку та деталізації потреби розробки концепції теоретичної підготовки у спорту нами було проведено аналіз нормативного документу системи підготовки спортсменів у групі єдиноборств [7], а саме тхеквондо ВТФ [10].

О. С. Кощеєв визначає серед завдань цільової спрямованості програми такі як систематична виховна робота, формування навичок дотримання спортивної етики, дисципліни, любові й відданості своїй Батьківщині, активна участь у популяризації спорту серед населення. Передумови їх реалізації у значній мірі варто вбачати у реалізації теоретичної підготовки, яка містить усю сукупність спеціальних знань необхідних для безпосереднього чи опосередкованого вирішення цих завдань.

У змісті різних видів підготовки спортсменів у тхеквондо, зазначеному у цьому документі вказується, що теоретична підготовка реалізується у таких узагальнених категоріях як: поняття "фізична культура і спорт"; огляд стану і розвитку тхеквондо; основні етапи розвитку; особливості календаря змагань; техніка й тактика тхеквондо; участь українських тхеквондистів у міжнародних змаганнях; основні міжнародні спортивні змагання з тхеквондо; розвиток тхеквондо за кордоном; будова та функції організму людини; особиста гігієна, режим і харчування спортсмена; лікарський контроль і самоконтроль; перша медична допомога, спортивний масаж; фізіологічні засади спортивного тренування [10, с. 15–16].

Також визначається, що теоретична підготовка спрямована на формування у спортсменів спеціальних знань, потрібних для успішної діяльності в обраному виді спорту та можливість її здійснення у ході практичних занять і самостійно.

Автором [10], опираючись на фундаментальні дані загальної теорії підготовки спортсменів [5, 7] визначається специфіка системи підготовки тхеквондо та п'ять етапів підготовки. З огляду на основну спрямованість дослідження нами виявлено ті завдання які безпосередньо або опосередковано пов'язані з аспектами теоретичної підготовки.

Таким чином визначається, що на першому етапі, посвячення в тхеквондо (етап початкової підготовки, 8-9 років), серед основних завдань повинні бути присутніми опанування мінімальних теоретичних знань з тхеквондо, засад спортивного режиму, вмінь і навичок із гігієни спорту. Другий етап - загального удосконалення (попередньої базової підготовки, 10–13 років) повинен торкатися з поміж інших питань базової психічна підготовка, тобто психологічної освіти та навчання та початкової теоретичної і тактичної підготовка. Третій етап – індивідуального удосконалення (спеціалізованої базової підготовки, 14–16 років) передбачає уже поглиблену теоретичну і тактичну підготовку. Четвертий етап – вищої спортивної майстерності (підготовки до вищих досягнень і максимальної

реалізації індивідуальних можливостей, 17 років і старші) повинен забезпечити розширення психологічних знань та вмінь, досягнення високого рівня психічної готовності до тренувань і змагань, а також, подальше удосконалення теоретичної й тактичної підготовки. Теж, тобто Подальше удосконалення теоретичної й тактичної підготовленості можна відзначити й на п'ятому етапі - збереження рівня спортивних досягнень.

Можна стверджувати, що представлена ієрархія завдань не відповідає змістовному наповненню системи підготовки спортсменів [5, 7, 8, 9]. Адже на етапі початкової підготовки теоретична підготовка як така не розглядається. Початком для реалізації теоретичної підготовки визначено другий етап навчання. При цьому на цьому теоретична підготовка уособлюється виключно з тактичною. Та вже на наступному етапі, уникаючи проміжних рівнів навчання [4], уже пропонується поглиблена теоретична підготовки (етап спеціалізованої базової підготовки). На усіх більш вищих етапах – лише подальше удосконалення теоретичної підготовки, що не має під собою об'єктивних чинників для реалізації.

Аналізуючи обсяги тренувальних навантажень з теоретичної підготовки у системі багаторічного спортивного удосконалення тхеквондистів звернемо увагу на абсолютні та відносні їх показники.

Навчальною програмою [10] пропонується як і в окремих видах спорту [3, 11] розподіляти річний цикл підготовки на навчальний рік та літній період. Таким чином, можна констатувати, що на першому році навчання у групах початкової підготовки з тхеквондо ВТФ на теоретичну підготовку спортсменів рекомендується виділяти 6 год., що складає 1,9% від загального обсягу тренувального навантаження, на другому році абсолютний показник зростає - до 8 год., але відносне значення залишається сталим 1,9%. Уже на третьому році перебування на етапі початкової підготовки запропоноване збільшення, майже удвічі абсолютного показника обсягу, тобто до 15 год., та відповідно ці зміни позначилися й на відсотковому співвідношенні – 3,6%. Розглядаючи співвідношення за періодами річного циклу підготовки (навчальний та літній) відзначимо, що на навчальний припадає 4 год. та літній – 2 год. відповідно (66,7/33,3%) на першому році навчання, 6 та 2 год. (75/25%) – другому та 11 й 4 год. (73,3/26,7%) – третьому році навчання відповідно.

Парадоксальним, на наш погляд є те, що у цій програмі та на етапі початкової підготовки відсутня структуризація інформаційного матеріалу для спортсменів у межах теоретичної підготовки. Це потребує кардинальної зміни підходів в укладання цього нормативного документу та в черговий раз підтверджує незадовільний стан науково-методичного забезпечення теоретичної підготовки у спорті та зокрема тхеквондо ВТФ.

На етапі попередньої базової підготовки (навчально-тренувальні групи) наша увага була привернута тим, що у системі підготовки вводиться розділ інструкторська практика. Власне він, на думку значної кількості фахівців має тісні взаємозв'язки, що підтверджені об'єктивними закономірностями з теоретичною підготовленістю спортсменів [4, 5, 8, 9].

Визначення розподілу навчального мета ріалу за цими розділами вказало, що для спортсменів-тхеквондистів на етапі попередньої базової підготовки пропонується на теоретичну підготовку приділяти на першому році навчання 28 год., тобто 4,5% від загального обсягу тренувального навантаження та з врахуванням інструкторської практики – 40 год., 6,4%. Позитивна динаміка абсолютних показників зберігається й на другому році навчання – 34 год., 4,7% (47 год. та 6,4% із врахуванням інструкторської практики), третьому році навчання –42 год., 4,5% (67 год., 7,1% із врахуванням інструкторської практики). На четвертому та п'ятому роках структура навчально-тренувального процесу пропонується ідентична та визначає 37 год., 3,5% (57 год., 5,5% із врахуванням інструкторської практики) для

реалізації теоретичної підготовки спортсменів. Відсоткове співвідношення за періодами підготовки (навчальний та літній) вказало, що для першого року навчання у групі попередньої базової підготовки воно склало 21 до 7 год. (75/25%), другого – 25/9 год. (73,5/26,5%), третього – 32/10 год. (68,8/31,2%) та четвертого (й інших) – 28/9 год. (75,7/24,3%) відповідно.

Аналіз програми навчання на етапі спеціалізованої базової підготовки (групи спортивного удосконалення) вказує, що нормативно теоретична підготовка займає чільне місце у системі багаторічного спортивного удосконалення у тхеквондо. На її проведення на цьому етапі визначено 44 год., 3,5% (67 год., 5,4% із врахуванням інструкторської практики) на першому; 49 год., 3,6% (73 год., 5,4% із врахуванням інструкторської практики) на другому та 57 год., 3,9% (81 год., 5,6% із врахуванням інструкторської практики) на третьому роках навчання.

Розподіл навантаження впродовж двох основних періодів річного циклу підготовки вказує, що спортсменам-тхеквондистам пропонується приділяти на першому році навчання 34 год. під час навчального року та 10 год. тренувального навантаження у літній період на теоретичну підготовку, що складає співвідношення 76,3 до 22,7%. На інших роках ці показники склали 37/12 год. (75,6/24,4%) - другий, 45/12 год. (79/21%) – третій роки навчання групи спеціалізованої базової підготовки.

Цікавим є, що на цьому етапі при відсутності будь-якої конкретизованої інформації з теоретичної підготовки присутній деталізований розгляд виховної роботи [10, с. 54-55]. При цьому як зазначає значна кількість фахівців загальної та спеціальної (спортивної) дидактики навчання та виховання повинні бути пов'язані нерозривно та водночас є діалектичними [8, 9].

Визначається, що цей напрямок роботи скерований на формування у спортсменів ідейно-політичного світогляду, любові до своєї країни. Як під час занять, так і після них треба проводити бесіди про важливі події у житті країни та поза її межами, обговорення результатів міжнародних спортивних змагань. Також, необхідно стежити, щоб навчальний процес сприяв свідомому і творчому ставленню до праці, високій організованості, зібраності, вимогливості до себе, відповідальності за доручену справу.

Активними формами цієї роботи є святкові вечори, стенди, збори, лекції, бесіди, шевська робота тощо. Комплексний підхід до виховання спортсмена передбачає вивчення, облік і використання усіх чинників впливу на особистість не тільки у спорті, але й в побуті. Тому, розробляючи план виховної роботи, тренер-викладач ДЮСШ повинен заздалегідь планувати вивчення особливостей поведінки учнів у побуті, їх навчальної та суспільної діяльності.

Таким чином, можна стверджувати, що частина функцій та закономірностей розвитку особистості спортсмена автором [10] передано від теоретичної підготовки, як сторони навчально-тренувального процесу – виховній діяльності як складовій формування особистості в цілому.

У групах вищої спортивної майстерності (підготовки до вищих досягнень) спортсменів-тхеквондистів вказується, що теоретична підготовка передбачає засвоєння потрібного комплексу знань, що сприяють досягненню високих спортивних результатів, творче співробітництво з тренером, науковими працівниками, лікарем, а також активний самостійний підхід до занять спортом.

Встановлено відсутність прогресивного підходу до навчання спортсменів, що підтверджується відсутністю декларації ієрархії системи знань спортсменів у багаторічному спортивному вдосконалення у тхеквандо ВТФ [7, 8, 9].

У річному циклі підготовки спортсменів на цьому етапі для реалізації теоретичної підготовки рекомендується виділяти 65 год., що складає 3,9% та з врахуванням інструкторської практики – 97 год., 5,8% від загального обсягу тренувальних навантажень. За вищезазначеними періодами (навчальний рік та літній) співвідношення склало 49 до 16 год., тобто 75,4 до 24,6%.

При цьому для цього етапу відсутнє представлення як окремих категорій, так й блоків знань у теоретичній підготовці спортсменів.

Таким чином, проведений аналіз навчальної програми системи підготовки спортсменів у тхеквондо ВТФ [10] засвідчив, що відмінним від інших видів спорту та позитивним є виділення як окремого блоку у підготовці спортсменів – виховної роботи на різних етапах підготовки із зазначенням орієнтовного плану та конкретизацією засобів та методів її реалізації. Водночас даний підхід відсутній у теоретичній підготовці, яка є константою для багаторічного удосконалення спортсменів. Виявлено ряд недоліків власне у теоретичній підготовці, які мають системний характер та містяться у наступному:

- відсутність етапності у висвітлені інформації;
- відсутність структуризації та взаємозв'язків категорій та блоків інформації всередині теоретичної підготовки та у структурі її взаємозв'язків з іншими сторонами підготовки;
- відсутність об'єктивно обґрунтованих методів та засобів теоретичної підготовки спортсменів;
- нівелювання навчального потенціалу та резервів літнього періоду річного циклу підготовки;
- нехтування на фоні планомірного розподілу часу для теоретичної підготовки на різних етапах багаторічного удосконалення потребою визначення структури та змісту теоретичної підготовки на усіх етапах системи підготовки спортсменів у тхеквондо ВТФ.

ВИСНОВКИ. Теоретична підготовка у системі багаторічного удосконалення спортсменів у тхеквондо ВТФ повинна передбачати засвоєння гравцями комплексу знань, які сприятимуть досягненню високих спортивних результатів, при цьому її безпосередній зміст потребує корекції у відповідності до закономірностей та специфіки навчально-тренувального процесу спортсменів.

Частка теоретичної підготовки у річному циклі складає 1,9–3,6% для груп початкової підготовки, 4,5–3,5% (6,4–5,5% з врахуванням інструкторської та суддівської практики) у групах попередньої базової підготовки, 3,5–3,9% (5,4–5,6%) у групах спеціалізованої базової підготовки та 3,9% (5,8%) – підготовки до вищих досягнень.

ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ передбачають вивчення місця та значення теоретичної підготовки у різних видах спорту та їх порівняння.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бубка С. Н. Социально-экономические аспекты развития олимпийского спорта в XXI веке / Бубка С.Н. // Sportul Olimpic şi sportui pentru toţi : Material. Congres. Şt. Intern. / col. red.: Manoiachi V., Danaii S. – Ch. : USEFS, 2011. - Vol. 1. – 2011. – p. 37-41.

2. Булатова М. М. Система олімпійської освіти в Україні / М. М. Булатова // Олімпійський спорт і спорт для всіх: тези доп. XIV Міжнар. наук. конгрес. – К.: Олімпійська література, 2010. – С. 6.

3. Волейбол: навч. програма для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю / В. В. Туровський, М. О. Носко, О. В. Осадчий, С. В. Гуркуша, Л. В. Жула- К. , 2009. – 138 с.

4. Горбунов Г. Д. Психопедагогика спорта / Г. Д. Горбунов. – М. : Физкультура и спорт, 1986. – 208 с.

5. Келлер В. С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів : навч. посіб. / Келлер В. С., Платонов В. М. – Л. : УСА, 1992. – 269 с.

6. Павленко Ю. О. Науково-методичне забезпечення підготовки спортсменів в олімпійському спорті / Юрій Олексійович Павленко. – К. : Олімпійська література, 2011. – 312 с.

7. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : учеб. тренера высш. квалификации / Платонов В. Н. – К. : Олимпийская литература, 2004 – 584 с.

8. Теоретическая подготовка юных спортсменов: пособ. для тренеров ДЮСШ / Буйлин Ю. Ф., Знаменская З. И., Курамшин Ю. Ф., Романов Б. Ф., и др. – М. : Физкультура и спорт, 1981. – 192 с.

9. Тер-Ованесян А. А. Педагогіка спорту / А. А. Тер-Ованесян, И. А. Тер-Ованесян. – К. : Здоров'я, 1986. – 208 с.

10. Тхеквондо ВТФ: навч. програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та училищ олімпійського резерву / укл. О. С. Кощеєв. – К., 2008. – 86 с.

11. Pityn M. Theoretical training in fencing: state and prospects of researches / Maryan Pityn, Yuriy Briskin, Olga Zadorozhna // Фізична активність, здоров'я та спорт: наук. журнал. – Л.: ЛДУФК, 2012. – № 3 (9). – С. 23-28.

Аннотация. Марьян Питын. Место теоретической подготовки спортсменов в системе многолетнего усовершенствования в Тхэквондо ВТФ.

Установлено, что не задекларирован программный материал с теоретической подготовки в системе многолетнего совершенствования спортсменов в Тхеквондо ВТФ, который предполагал бы усвоение игроками нужного комплекса знаний, которые способствовали достижению высоких спортивных результатов. Удельный вес теоретической подготовки в годичном цикле составляет 1,9–3,6% для групп начальной подготовки, 4,5–3,5% (6,4–5,5% с учетом инструкторской и судейской практики) в группах предварительной базовой подготовки, 3,5–3,9% (5,4–5,6%) в группах специализированной базовой подготовки и 3,9% (5,8%) – подготовки к высшим достижениям.

Ключевые слова: место, система подготовки, теоретическая подготовка, Тхеквондо ВТФ.

Annotation Maryan Pityn. Role of theoretical training in the iong-term deveiopment of sportsmen in Taekwondo WTF.

Found that the not deciared program materiai on theoretical training in the system of in the system of long-term development of sportsmen in Taekwondo WTF involves the assimilation of required compiex of knowiedge that contribute to the achievement of high sports resuits. The quota of theoretical training in the year cycie is 1,9–3,6% for groups of primary training, 4,5–3,5% (6,4–5,5% when the instructor and judiciai practice)in previous basic training groups and 3,5–3,9% (5,4–5,6%) for the groups of specialized base preparation and 3,9% (5,8%) – to prepare for higher achievements.

Key words: role, training system, theoretical training, Taekwondo WTF.