

использованных нами показателей со спортивными результатами пловцов на дистанциях 25 м и 50 м, а, следовательно, и о высокой степени их информативности.

Выводы:

1. Дальнейший рост спортивных достижений в спринтерском плавании зависит от параллельного и гармоничного повышения уровня силовой подготовленности пловцов и совершенствования их технического мастерства.

2. Главный резерв повышения спортивного мастерства пловцов-спринтеров заключается в умении определить «отстающие» компоненты силовой и технической подготовки и найти эффективные пути их совершенствования.

3. Результаты проведенного комплексного обследования, могут служить надежным ориентиром для целенаправленной подготовки квалифицированных пловцов-спринтеров, специализирующихся в плавании вольным стилем на дистанции 50 метров.

Перспективы дальнейших исследований заключаются в разработке комплексов силовых упражнений и внедрении их в практику подготовки ведущих спринтеров нашей страны. Проблема усовершенствования тренировочного процесса квалифицированных пловцов-спринтеров требует дальнейшего анализа и исследования.

Список использованной литературы:

1. Булгакова Н. Ж. Спортивное плавание. – М.: ФОН, 2006. – 430 с.
2. Каунсилмен Дж. Е. Спортивное плавание. – М.: Физкультура и спорт, 2002. – 208 с.
3. Макаренко Л. П. Плавание. – М.: Физкультура и спорт, 2008. – 127 с.
4. Плавание / Под ред. В. Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2010. – 495 с.
5. Платонов В. Н. Вайцеховский С. М. Тренировка пловцов высокого класса. – М.: Физкультура и спорт, 2005. – 256 с.
6. Платонов В. Н., Фесенко С. Л. Сильнейшие пловцы мира. – М.: Физкультура и спорт, 2014. – 304 с.
7. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература, 2007. – 584 с.
8. Платонов В. Н. Подготовка квалифицированных спортсменов. М.: Физкультура и спорт, 2009. – 288 с.
9. Сахновский К. П. Плавание. – К.: Здоров'я, 2012. – 72 с.

¹**РЕМЗИ І.В.**, к. пед.н., доцент

²**ЗІЄНКО В.М.**, студент

Харківська гуманітарно-педагогічна академія

ПЕДАГОГІЧНА ТЕХНОЛОГІЯ ВІДБОРУ ДІТЕЙ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ У СПОРТИВНОМУ ПЛАВАННІ

Анотація. Розглянуті питання, пов'язані з розробкою педагогічної технології відбору дітей на етапі початкової підготовки у спортивному плаванні.

Ключові слова: педагогічна технологія, відбір дітей, етап початкової підготовки, спортивне плавання.

Вступ. Сучасний спорт і система олімпійської підготовки ставлять першочерговим завданням ефективний розвиток дитячо-юнацького спорту і формування дієвої системи відбору. Практика відбору і орієнтації тренування здібних спортсменів свідчить про низьку ефективність дитячо-юнацького спорту [5]. Досвід організації відбору, накопичений в Україні, Росії, Білорусії і Прибалтиці, на думку багатьох фахівців, потребує подальшого вдосконалення і, перш за все, у напрямі організаційного, методологічного обґрунтування технологій відбору, оцінки потенційних можливостей дітей і підлітків в окремих видах спорту [1, 3].

Ця проблема стосується також спортивного плавання – традиційно розвиненого в Україні виду спорту, де залучення дітей до занять, їх навчання і відбір найбільш здібних вже на початкових етапах, - є невирішеною [4]. Не розроблено єдиний механізм і педагогічні технології набору і відбору дітей на початковому етапі підготовки, комплекс тестів і показників, який би дозволив із загальної маси відібрати найбільш здібних школярів для подальшого вдосконалення в обраному виді спорту в спеціалізованих спортивних школах [2], у зв'язку з чим вирішення даної проблеми є актуальним.

Мета нашого дослідження полягала в обґрунтуванні і розробці педагогічної технології відбору дітей на етапі початкової підготовки у спортивному плаванні.

Для досягнення поставленої мети вирішувалися наступні **завдання**:

1. Вивчити і узагальнити спеціальну і науково - педагогічну літературу.
2. Провести опитування експертів з метою визначення критеріїв відбору дітей на початковому етапі.
3. Обґрунтувати та систематизувати показники та критерії , які можуть бути рекомендовані при відборі у спортивному плаванні.
4. Розробити та запропонувати педагогічну технологію відбору дітей на етапі початкової підготовки у спортивному плаванні.

Методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, даних Internet; опитування експертів з питань відбору дітей на початковому етапі підготовки, педагогічне спостереження, педагогічний експеримент.

Результати дослідження та їх обговорення. Запропонований новий підхід, що погоджується з сучасними нормативно-правовими документами, характеризується поетапністю заходів і відбором виключно перспективних дітей до спеціалізованих груп в ДЮСШ тільки після проходження короткочасного навчання основних елементів майбутнього виду спорту. Цей підхід вирішує ряд нагальних завдань, які передбачені етапом початкової підготовки, таких, як: оздоровлення дітей засобами фізичної культури, забезпечення організованого дозвілля та спілкування, засвоєння елементів різних видів спорту та отримання певних корисних рухових навичок. Водночас, охоплення всіх дітей через систему загальноосвітньої школи та набір в групи загальної фізичної підготовки вирішує основну проблему – набір та відбір здібних дітей до певного виду спорту. Основою запропонованої технології є

розмежування шкільного та дитячо-юнацького спорту.

Ця педагогічна технологія відбору дітей в групи початкової підготовки характеризується послідовними організаційно-методичними діями вчителя фізичної культури і тренера із застосуванням відповідних засобів та форм тренувального процесу:

1. Залучення та набір дітей до груп загальної фізичної підготовки на базі загальноосвітнього закладу (вчитель фізичної культури спільно з тренером).

2. Оцінювання стану здоров'я та зіставлення паспортного та біологічного віку дитини (тренер спільно з вчителем фізичної культури).

3. Оцінювання антропометричних даних (тренер спільно з вчителем фізичної культури).

4. Опитування дітей та їх батьків (тренер спільно з вчителем фізичної культури).

5. Тестування загальної фізичної підготовленості та оцінки фізичного розвитку дітей (тренер спільно з вчителем фізичної культури).

6. Розробка програм та навчання основних елементів спортивного плавання на базі загальноосвітньої школи в групах загальної фізичної підготовки (тренер з плавання).

7. Тестування, оцінка та визначення перспективних дітей для занять спортивним плаванням (тренер спільно з вчителем фізичної культури).

8. Відбір здібних дітей до спеціалізованої групи початкової підготовки з плавання в ДЮСШ, СДЮС-ШОР (тренер з плавання).

9. Навчання основних елементів інших видів спорту дітей, що залишилися в системі шкільного спорту (тренер з іншого виду спорту).

10. Навчання спортивному плаванню в групах початкової підготовки ДЮСШ, СДЮСШОР.

11. Тестування та відбір при переході на другий рік навчання в групі початкової підготовки (тренер з плавання).

Нами обґрунтовано та систематизовано показники та критерії, які можуть бути рекомендовані при відборі спортсменів на початковому етапі. Експертами було визначено 10 критеріїв відбору, які необхідно враховувати на початковому етапі. Перевагу експерти надали питанню щодо рівня здоров'я як найбільш значущого показнику (7,7 бала), друге та третє місця по значущості – за показниками мотивації (7,4 бала) та рівнем фізичної підготовленості (7,1 бала).

Особливе місце в запропонованій технології відводиться викладачам фізичної культури. Потреба у співпраці вчителів та тренерів з видів спорту зумовлена наступними чинниками: допомога в організації занять, надання інформації про учнів відносно фізичного стану, рівня здоров'я особистих та психічних якостей; авторитетне сприйняття особи вчителя, що впливає на відвідування занять в позаурочний час та можливість продовження підготовки у разі відсутності відбору у спеціалізовані групи ДЮСШ.

Ця технологія передбачає і застосування звичних для дитини форм та способів проведення занять, вирішення оздоровчих, виховних, спортивних та соціально-психологічних завдань. Така технологія допомагає тренеру відійти від стереотипного погляду на процес відбору, де тренер керується кількісним

складом та збереженістю контингенту груп незалежно від перспективності спортсмена, тим самим підготовку в початкових групах дозволяє зробити вже більш спеціалізованою, приділивши час для навчання раціональної техніки, формування бази функціональної підготовленості, у цьому полягає економічне значення технології.

Висновки. Результати проведеного дослідження дозволили розробити та запропонувати педагогічну технологію відбору дітей на етапі початкової підготовки через активне використання системи шкільного спорту, яка є новою для спортивного плавання та оптимальною в умовах України і вирішує основні оздоровчі, соціальні та економічні завдання масового та олімпійського спорту.

Перспективою подальших досліджень є впровадження зазначеної технології із використанням навчання іншим видам спорту в системі шкільного спорту.

Список використаної літератури:

1. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту. Затверджена Указом Президента України від 2004.09.28., № 1148/2004.
2. Платонов В. Направления совершенствования системы олимпийской подготовки / В. Платонов, С. Марси // Наука в олимпийском спорте. – 2012. - №1. – С. 3–10.
3. Современный философский словарь. – СПб.: Академический проект, 2010. – 864 с.
4. Сполдинг С. Определения педагогической технологии / За матеріалами сайту <http://ug.ru/issues/>
5. Шинкарук О. А. Современная система датско-юношеского и резервного спорта в Украине: проблемы и перспективы /О. А. Шинкарук // Актуальні проблеми підготовки резерву в спорті вищих досягнень: матеріали між нар. науково-практ. конференції – Мінськ, 2014. – С. 64–67.

РОМАНЕНКО О. І., викладач

Вінницький національний медичний університет ім. М. І. Пирогова

**РОЗПОДІЛ ОБСЯГУ ФІЗИЧНИЧНОГО НАВАНТАЖЕННЯ БІГУНІВ НА
СЕРЕДНІ ДИСТАНЦІЇ У РІЧНОМУ ЦИКЛІ ТРЕНУВАЛЬНОГО
ПРОЦЕСУ**

Анотації. При тренуванні бігунів на середні дистанції важливе місце посідає раціональний розподіл навантаження у річному циклі тренувального процесу, а саме співвідношення обсягу і інтенсивності та динаміка навантаження тренування у річному циклі.

Ключові слова: навантаження бігунів, бігові дистанції, цикли.

Вступ. Сучасний рівень спортивних результатів вимагає неухильного поліпшення системи побудови тренувального процесу протягом річного циклу. У практиці спорту прийнято вважати, що спортивний результат у бігові на