

Контроль як основа управління процесом підготовки спортсменів в командних спортивних іграх

Ольховікова І. В.

Харківська державна академія фізичної культури

Анотація. Управління тренувальним процесом це складна система, в якій тренеру необхідно мати великий обсяг інформації про хід і результати виконання тренувальних і змагальних навантажень, стан спортсменів, навколишні умови та чинники, які впливають на процес підготовки. Але слід зауважити, що для прийняття правильного управлінського рішення вся інформація повинна бути упорядкованою та систематизованою.

Ключові слова: контроль; тренувальний процес; спортивне тренування; система контролю; ігрові види спорту; спортивна підготовка.

Вступ. Як зазначає В. М. Платонов (Платонов, 2020), управління тренувальним процесом передбачає комплексне використання як можливостей системи спортивного тренування (закономірностей, принципів, положень, засобів і методів та ін.), так і позатренувальних та позазмагальних факторів системи спортивної підготовки (спеціального інвентарю, обладнання та тренажерів, засобів відновлення, кліматичних факторів, організаційних моментів та ін.). З одного боку, це визначає надзвичайну складність управління у спортивному тренуванні, а з іншого – його більшу ефективність у разі обґрунтованості реалізованих рішень.

Метою управління процесом підготовки є оптимізація поведінки спортсмена, доцільний розвиток тренуваності та підготовленості, що забезпечує досягнення найвищих спортивних результатів.

Об'єктом управління у спортивному тренуванні є поведінка спортсмена та його стан – оперативне, поточне, етапне, що є наслідком застосовуваних тренувальних та змагальних навантажень, всього комплексу впливів у системі спортивної підготовки.

Мета дослідження: проаналізувати аспекти управління процесом підготовки спортсменів в командних спортивних іграх.

Матеріал і методи дослідження: У дослідженні використовувався аналіз науково-методичної літератури.

Результати дослідження та їх обговорення. Однією з груп операцій управління процесом тренування, що здійснюється тренером за активної участі спортсмена, є збір інформації про стан спортсмена, включаючи показники фізичної, технічної, тактичної, психологічної підготовленості, реакції різних функціональних систем на тренувальні та змагальні навантаження, параметри змагальної діяльності тощо. Ця група операцій здійснюється за допомогою

контролю (Мітова, & Сушко, 2021).

Так, О. А. Шинкарук звертає увагу на те, що використання засобів і методів контролю дозволяє оптимізувати процес підготовки спортсменів шляхом індивідуалізації норм навантажень, раціонального вибору та застосування засобів тренування у відповідності з особливостями конкретного спортсмена, вибіркового підходу до технічної, тактичної та інших видів підготовки (Шинкарук, 2013).

Контроль – система способів одержання такої інформації про зміни, які відбуваються в організмі спортсмена під впливом тренувань, що може бути використана для управління.

Мета контролю – оптимізація процесу тренувальної та змагальної діяльності спортсменів на основі об'єктивної оцінки різних сторін підготовленості та функціональних можливостей систем організму.

Предметом контролю в спорті є зміст навчально-тренувального процесу, змагальної діяльності, стан різних сторін підготовленості, спроможності функціональних систем, працездатність спортсменів тощо.

Завдання контролю: оцінка стану спортсменів; оцінка рівня підготовленості спортсменів; оцінка виконання планів підготовки; оцінка ефективності змагальної діяльності тощо.

Під час проведення контролю в командних спортивних іграх враховують ігрове амплу, вікові та гендерні відмінності. Також необхідно оцінювати:

- рівень фізичної (загальної та спеціальної), технічної, тактичної, психологічної, теоретичної підготовленості;
- обсяг та інтенсивність тренувального та змагального навантажень;
- показники техніко-тактичних дій під час змагальної діяльності;
- рухову діяльність протягом гри (кількість переміщень, стрибків, прискорень тощо);
- морфофункціональні характеристики;
- психологічні та психофізіологічні особливості;
- рівень взаємовідносин та соціального статусу гравців у команді.

Водночас, як підкреслює О. Мітова (2019), уявлення про систему контролю постійно змінювалося залежно від тенденцій розвитку спорту та безпосередньо ігрових видів спорту, які характеризуються:

- інтенсифікацією динаміки гри та тренувальних навантажень, обумовлених необхідністю збільшення кількості ігрових дій за одиницю часу, а в зв'язку з цим, і відповідного формування спеціальної підготовленості;
- інтелектуалізацією, тобто значним підвищенням ролі розумових здібностей, швидкості й точності оперативного мислення, здатності гравців розуміти хід гри та передбачати (прогнозувати) її подальший розвиток;
- невпинним зростанням виконавської майстерності, що проявляється у підвищенні ефективності змагальної діяльності;

- універсализацією – поєднанням підвищення специфічної ігрової майстерності з розширенням діапазону ігрової діяльності;
- скачкоподібністю розвитку, який визначається таким законом діалектики, як єдність і боротьба протилежностей, та законом переходу від кількості до якості;
- чинниками, що впливають на рівень розвитку ігор, є рівень спортивної підготовленості й техніко-тактичної майстерності, зміни у правилах ігор, динамічне протистояння нападу та захисту як основних складових гри;
- відсутністю гендерних відмінностей у правилах ігор, не зважаючи на наявність специфічних рис, притаманних жіночому спорту;
- спираючись на ідеологію професійних ліг (НБА, НХЛ та ін.);
- зростанням популярності спортивних ігор на Олімпійських, Паралімпійських, Дефлімпійських іграх та Всесвітніх іграх ветеранів;
- ранньою спеціалізацією – зниженням віку початку занять спортивними іграми у групах початкової підготовки з 9-11 до 6-7 років та у дошкільних навчальних закладах (наприклад, мікробаскетбол, мінібаскетбол тощо) (Шеремет, 2016).

Варто зазначити, що актуальною проблемою спортивної підготовки в спортивних іграх загалом, та в баскетболі зокрема, є й тенденція до раннього початку систематичних занять і збільшення тривалості виступів у спорті вищих досягнень досвідчених спортсменів (Грибан, 2017; Шинкарук, & Мітова, 2021).

Згідно даних М. Безмилова та О. Шинкарук (2018) у провідних баскетбольних країнах світу залучення дітей до баскетболу починають з 5-6 років. Подібна зарубіжна практика не має нічого спільного з вузькоспеціалізованою спортивною підготовкою та форсуванням багаторічної підготовки. Заняття проводяться за правилами міні-баскетболу, на менших майданчиках з використанням адекватного для дітей обладнання та інвентарю.

Автори зазначають, що у цей період часу формується важлива рухова база спортсмена, розвиваються координаційні здібності, формується мотивація до занять баскетболом. Заняття мають переважно оздоровчу, навчальну та виховну спрямованість. Створюються важливі передумови для подальшої технічної підготовленості гравців. Селекційна діяльність у цьому віці виключена. В деяких країнах світу (Словенія, Хорватія та ін.) спеціалізований відбір розпочинають з 10 років. В Україні, згідно нормативних документів, набір у групи з баскетболу розпочинають з 8-9 років.

У процесі формування системи контролю в спортивних іграх спостерігається також зміщення періодів переходу від одного етапу багаторічної підготовки до іншого. Аналіз методичних і нормативних документів свідчить про невідповідність чинних навчальних програм теоретико-методичним основам багаторічної підготовки, сучасним тенденціям розвитку командних спортивних ігор, управління тренувальним процесом й, зокрема контролю. Науковці акцентують увагу на наявності таких

невідповідностей у дисертаційних дослідженнях останнього десятиріччя (Шинкарук, 2011).

Важливим є проведення поглиблених медико-біологічних досліджень, спрямованих на визначення резервних функціональних можливостей молодого організму (рівень прояву аеробних та анаеробних можливостей, стану нервово-м'язового апарату, стану серцево-судинної та дихальної систем, особливостей прояву психічних властивостей і якостей особистості та ін.).

Переважає більшість тренерів погоджуються із думкою, що визначення потенційних можливостей гравців повинно здійснюватися на підставі системного використання широкого комплексу показників з урахуванням їх пріоритетної значущості для кожного конкретного етапу багаторічної підготовки та специфічних вимог відповідного ігрового амплуа (Безмилов, 2018).

Висновки. Управління тренувальним процесом це складна система, в якій тренеру необхідно мати великий обсяг інформації про хід і результати виконання тренувальних і змагальних навантажень, стан спортсменів, навколишні умови та чинники, які впливають на процес підготовки. Але слід зауважити, що для прийняття правильного управлінського рішення вся інформація повинна бути упорядкованою та систематизованою.

Література:

- Безмилов, М.М. (2018). Особливості організації та критерії відбору спортсменів в ігрових видах спорту на етапі підготовки до досягнення вищої спортивної майстерності. Збірник тез доповідей XI Міжнародної конференції молодих вчених «Молодь та олімпійський рух», 10-12 квітня 2018 року [Електронний ресурс]. 112–113.
- Безмилов, М., & Шинкарук О. (2020). Тенденції та актуальні проблеми підготовки баскетболістів високого класу в сучасних умовах глобалізації та популяризації баскетболу. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць*, 9(28), 112–131.
- Грибан, Г.П., Кафтanova, Т.В., & Костюк, Ю.С. (2017). *Фізична підготовка баскетболістів. Методичні рекомендації*. Житомир: Вид-во «Рута».
- Мітова, О. (2019). Уніфікований алгоритм комплексного контролю підготовленості спортсменів у командних спортивних іграх. *Наука в олімпійському спорті*, 2, 16–28.
- Мітова, О.О. & Сушко, Р.О. (2021). *Методи наукових досліджень у баскетболі* Дніпро: ТОВ підприємство «Дріант».
- Платонов, В. М. (2020). *Сучасна система спортивного тренування*. К.: Перша друкарня.
- Шеремет, Л.А. (2016). Гуманізація спорту як чинник оптимізації людської мірності. *Гілея: науковий вісник*. Збірник наукових праць. Випуск 100, 198–203.
- Шинкарук, Оксана, & Мітова, Олена (2021). Об'єкт контролю підготовленості баскетболістів в процесі багаторічної підготовки. Матеріали ІХ Всеукраїнської науково-практичної онлайн-конференції «Фізичне виховання, спорт та здоров'я людини: досвід, проблеми, перспективи» (у циклі Анохінських читань), 10 грудня, 2021 р. К.: ун-т імені Бориса Грінченка, 277–280.
- Шинкарук, О.А. (2011). *Отбор спортсменов и ориентация их подготовки в процессе многолетнего совершенствования (на материале олимпийских видов спорта)*. Монография. К.: Олимпийская литература.
- Шинкарук, О.А. (2013). *Теорія і методика підготовки спортсменів: управління, контроль, відбір, моделювання та прогнозування в олімпійському спорті*. Навчальний посібник. К.

Відомості про автора:

Ольховікова Ірина Віталіївна –

Старший викладач кафедри спортивних та рухливих ігор

<https://orcid.org/0000-0002-9241-1506>

E-mail: irina.shiryaeva90@gmail.com

Харківська державна академія фізичної культури

Надійшла до редакції 10.01.2024 р.