# СПОРТИВНІ ІГРИ №3 (13)

ISSN (Ukrainian ed. Online)523-4161

# SPORTYVNI IHRY №3 (13)

# СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ №3 (13)

**ЕЛЕКТРОННИЙ НАУКОВИЙ ЖУРНАЛ**

**Харків –2019**

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**

**ХАРКІВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ**

# СПОРТИВНІ ІГРИ

# SPORTYVNI IHRY

# СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ

**ЕЛЕКТРОННИЙ НАУКОВИЙ ЖУРНАЛ**

Виходить 4 рази на рік
Видається з 2016 року

№3 (13)

**Харків**
Харківська державна академія фізичної культури
**2019**

УДК 796.2 (051)
ББК 75.5
С73

ISSN (Ukrainian ed. Online) 2523-4161
DOI: 10.15391/si.2019-3.

**Спортивні ігри, 2019, № 3 (13), 73.**

(Укр., рос., англ.)

***Видання*** Харківської державної академії фізичної культури; кафедри спортивних і рухливих ігор

Видається за постановою вченої ради ХДАФК від 27.05.2019 р., протокол № 11.

**Головний редактор:**

**Помещикова І. П.,** кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент (Україна, Харків, Харківська державна академія фізичної культури)

**Члени редакційної колегії:**

**Ашанін В. С.** кандидат фіз.-мат. наук, доцент, (Україна, Харків, Харківська державна академія фізичної культури)

**Врублевський Є. П.,** доктор педагогічних наук, професор (Білорусь, Гомель, Гомельський державний університет ім. Ф. Скорини )

**Несен О. О.,** кандидат наук з фізичного виховання і спорту, (Україна, Харків, Харківська державна академія фізичної культури)

**Мішин М. В.,** кандидат наук з фізичного виховання і спорту, (Україна, Харків, Харківська державна академія фізичної культури)

**Пасько В. В.,** кандидат наук з фізичного виховання і спорту, (Україна, Харків, Харківська державна академія фізичної культури)

**Перевозник В. І.** кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент (Україна, Харків, Харківська державна академія фізичної культури)

**Перцухов А. А.** кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент (Україна, Харків, Харківська державна академія фізичної культури)

**Ровний А. С.** доктор наук з фізичного виховання та спорту; професор (Україна, Харків, Харківська державна академія фізичної культури)

**Філенко Л. В.** кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент (Україна, Харків, Харківська державна академія фізичної культури)

**Шевченко О. О.** кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент (Україна, Харків, Харківська державна академія фізичної культури)

**Спеціалізоване видання з** проблем спортивних та рухливих ігор

**Рік заснування: 2016 (**з 2004 видавався як матеріали науково-практичної конференції «Актуальні проблеми спортивних ігор і єдиноборств у вищих навчальних закладах»)

**Область і проблематика:** У збірнику представлені статті з проблем організації навчально-тренувального процесу в закладах освіти, ДЮСШ; вдосконалення підготовки спортсменів в сучасних умовах; стану фізичної, техніко-тактичної та психологічної підготовленості спортсменів; ефективності змагальних показників; організації патріотичного виховання молоді України в процесі занять спортивними іграми; вдосконалення процесу фізичного виховання з використанням спортивних і рухливих ігор.

Для аспірантів, докторантів, магістрів, тренерів, спортсменів, викладачів навчальних закладів, вчителів середніх шкіл.

Журнал включено до бази даних: ROAD (Directory of Open Access scholarly Resources); PBN (Polish Scholarly Bibliography); Google Scholar, NBUV (Національна бібліотека імені В. І. Вернадського, електронний фонд), Index Copernicus

**Адреса редакції:** вул. Клочківська, 99, каб. 204, 61168, г. Харків, Україна.

**Телефон:** +380679710657 **E-mail:** pomeshikovaip@ukr.net

Електронна версія журналу розміщена на сайті: http://www.sportsscience.org/index.php/game

© ХДАФК, кафедра спортивних і рухливих ігор

## ЗМІСТ

**Асєєва Я. Ф., Шевченко О. О.** Аналіз результатів анкетування тренерів щодо удосконалення техніко-тактичної підготовленості на етапі попередньої базової підготовки в тенісі настільному…….... **4-11**

**Гращенкова Ж. В., Градусов В. О., Камбур Н. О.** Формування рухових якостей дітей старшого дошкільного віку під впливом занять міні-тенісом……. **12-21**

**Кропивницька Т. А., Серебряков О. Ю., Хома Т. В., Семенов Д. Є.** Розвиток студентського спорту у НУФВСУ (на прикладі спортивних ігор)…… **22-33**

**Несен О. О., Пащенко Н. О.** Аналіз здатності до відтворення заданих амплітуд рухів та часових проміжків студентами, що спеціалізуються у спортивних іграх….. **34-40**

**Помещикова І. П., Філенко Л. В.** Вдосконалення тактичної підготовки юних баскетболістів 14-16 років засобами інформаційних технологій…….. **41-48**

**Стрикаленко Є. А., Шалар О. Г., Гудович В. Ю., Федін Ю. М.** Вплив вправ прикладної аеробіки і вправ з йоги на показники фізичної підготовленості баскетболісток жіночої команди БК «Таврійська зірка»…… **49-55**

**Червона С. П.** Вивчення думки студентів щодо результатів проходження практики за фахом (на прикладі студентів спортивних спеціалізацій ігрових видів спорту)…….. **56-63**

**Шалар О. Г., Стрикаленко Є. А., Гузар В. М.** Особливості формування командної згуртованості юних спортсменок в ігрових видах спорту……... **64-73**

УДК 796.386[796.071.43:796.015.34/36]303.621.35 ISSN (Ukrainian ed. Online) 2523-4161
2019, №3(13), 4–11
doi: 10.15391/si.2019-3.01

# Аналіз результатів анкетування тренерів щодо удосконалення техніко-тактичної підготовленості на етапі попередньої базової підготовки в тенісі настільному

Асєєва Я. Ф., Шевченко О. О.
*Харківська державна академія фізичної культури*

***Анотація:*** ***Мета:*** *виявити думку тренерів щодо шляхів формування стилю гри в техніко-тактичній підготовці спортсменів на етапі попередньої базової підготовки в тенісі настільному.* ***Матеріал та методи:*** *теоретичний аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури, анкетування, методи математичної статистики. В дослідженні взяли участь 31 тренер України з тенісу настільного (другої, першої та вищої категорії).* ***Результати:*** *Результати проведеного анкетування з тренерами, які працюють з тенісистами дозволили визначити думку тренерів, що для формування стилю гри в тенісі настільному на етапі попередньої базової підготовки. Встановлено необхідність враховувати індивідуальні показники фізичного розвитку, рівня техніко-тактичної та фізичної підготовленості та психофізіологічних здібностей.* ***Висновки:*** *Правильне врахування індивідуальних особливостей юних спортсменів дозволить скоротити період навчання та підвищити ефективність змагальної діяльності тенісистів на етапі попередньої базової підготовки в тенісі настільному.*

***Ключові слова:*** *тенісист; техніко-тактична підготовка; психофізіологічні здібності; теніс настільний.*

**Вступ.** Сучасний теніс настільний – активна, атлетична, переважно нападаюча і контрнападаюча універсальна гра з широким використанням могутніх, точних варіативних дій. Проведення ігрової діяльності в тенісі настільному висуває високі вимоги до стану технічної й техніко-тактичної підготовленості гравців.

Аналізом змагальної діяльності в тенісі настільному різного рівня спортсменів, де визначалися техніко-тактичні дії гравців, займалася низка авторів. За останні роки в змагальній діяльності визначається тенденція до скорочення кількості ударів в одному розіграші і підвищення потужності атакуючих дій не тільки завершуючих, але і перших (Алєксєєв, & Прозар, 2018; Асєєва & Шевченко, 2018; Окопний, 2016).

Фахівці з тенісу настільного підкреслюють, що з етапу попередньої базової підготовки у тенісі настільному розпочинається активна участь спортсменів у змаганнях, що обумовлює визначення його перспективності для подальшої спортивної діяльності (Гришко, Гришко, & Ібраїмова, 2013; Зюзь, 2007; Ландик, Похоленчук, & Арзютов, 2005).

Дослідженню різних аспектів техніко-тактичної підготовленості юних спортсменів на цьому етапі підготовки присвячені роботи Кудряшова Е. В., 2015; Зюзь В. М., 2007; Полякова А. В., 2007 та інші (Кудряшова, 2015; Зюзь, 2007; Полякова, 2007).

У низці наукових праць приділяється увага до вивчення психофізіологічних та емоційних станів спортсменів в змагальній діяльності (Панкова, 2007; Шалар, Стрикаленко, & Иващенко, 2013; Серова, & Воронов, 2013; Лейфа, Юречко, & Войтус 2016).

Автори підкреслюють, що на етапі попередньої базової підготовки для формування стилю гри необхідно враховувати індивідуальні особливості особистості спортсменів (Шалар, Стрикаленко, & Иващенко, 2013, Соловей, & Набибко, 2015). Індивідуальні особливості спортсменів будуються на рівні психофізіологічних якостей (Панкова, 2007; Серова, & Воронов, 2013); фізичної підготовленості (Шевченко & Асеєва, 2018; Щирба, 2001),

© Асєєва Я. Ф., Шевченко О. О.

функціонального стану (Улізько & Коробейніков, 2008); рівня техніко-тактичної підготовленості (Арзютов, Гуска, & Зюзь, 2009; Арзютов, & Зюзь, 2007; Зюзь, 2007) та інших факторів, які сприяють формуванню стилю гри (Запорожанова, 2007).

У зв'язку з цим, у тренувальному процесі проходять зміни в методиці тренування, підґрунтям яких стали нові підходи в побудові тренувального процесу в ускладнених умовах ігрової діяльності, передбачаючи урахування індивідуальних морфо-функціональних та психологічних особливостей спортсменів.

Навчальна програма ДЮСШ 2013 року з тенісу настільного, яка використовується в Україні, у розділах техніко-тактичної підготовки містить лише перелік вправ, але не представлено їх взаємозв'язок для вирішення комплексного завдання всіх аспектів підготовки, а саме, напрямів для формування стилю гри з урахуванням психофізіологічних особливостей юних спортсменів на етапі попередньої базової підготовки (Л. Г. Гришко, Ю. Ю. Гришко & Ібраїмова, 2013).

Аналіз літератури з даного напрямку свідчить, що проблема пошуку нових шляхів в удосконаленні техніко-тактичної підготовленості юних тенісистів на етапі попередньої базової підготовки розкрита недостатньо, є актуальною та потребує впровадження нових підходів з урахуванням психофізіологічних здібностей, що впливають на ефективність змагальної діяльності в тенісі настільному.

**Зв'язок дослідження з науковими чи практичними завданнями, планами, програмами.** Дослідження проводилося відповідно теми плану НДР Харківської державної академії фізичної культури «Психо-сенсорна регуляція рухової діяльності спортсменів ситуаційних видів спорту» (2016-2020 рр.) та «Удосконалення навчально-тренувального процесу в спортивних іграх» на 2019-2023 рр..

**Мета дослідження** – на основі анкетування виявити думку тренерів щодо шляхів формування стилю гри в техніко-тактичній підготовці тенісистів на етапі попередньої базової підготовки.

**Матеріал і методи дослідження**. Для розв'язання поставлених завдань використовувались такі методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури, анкетування; методи математичної статистики.

В дослідженні взяли участь 31 тренер з тенісу настільного з усіх областей України, які мають спеціальну вищу освіту та стажем роботи в якості тренера: від 1 до 5 років – 4 особи; від 6 до 10 років – 2 особи; від 11 і більше – 25 осіб.

Анкетування проводилося протягом року на Чемпіонатах України серед юнаків і дівчат 2004 року народження та молодше. По числу респондентів анкетування було індивідуальним, за типом контактів з респондентом анкетування проводилось очне, в присутності дослідника-анкетера.

В анкетуванні приймали участь тренери які мають наступну кваліфікацію: без категорії – 2 особи; ІІ категорії – 8 осіб; І категорії – 12 осіб; вищої категорії – 9 чоловік. Анкета була складена з 21 питання з метою виявлення думки тренера щодо методичного забезпечення системи розвитку та удосконалення техніко-тактичної підготовленості тенісистів на етапі попередньої базової підготовки. До змісту анкети входили питання, орієнтовані в основному на можливість отримання інформації стосовно того, чим керуються тренери при формуванні стилю гри в процесі підготовки тенісистів 10-13 років, його зміст, види, терміни проведення, недоліки в системі тестів в програмі ДЮСШ тощо.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Аналіз отриманих результатів свідчить, що 81% опитаних при плануванні тренування користуються програмою для ДЮСШ (2013) і 19%-самостійно розробленою програмою.

При визначенні віку гравця для обрання стилю гри отримано такі дані: 61% опитуваних обрали 10-12 років, 32% наполягають на 7-9 роках та 6% – 13-14 роках.

На думку більшості тренерів, саме

тренер вирішує в якому стилі грати тенісисту, так вважають 77 %, тільки 6 % респондентів вважають, що гравець сам обирає в якому амплуа йому грати, 16 % рахують, що це спільний вибір. Для того щоб вірно вибрати амплуа гравця, треба орієнтуватися, як на темперамент особистості, так і на його фізичні якості.

На вибір стилю гри в тенісі настільному впливають відмінності статури – 23 %, фізичні якості – 42% та психологічні якості – 35%.

Аналізуючи результати анкетування думки тренерів можна підкреслити, що стиль гри в основному обирає гравцю тренер в більшості 10-12 років враховуючи статуру, фізичні якості та психологічні здібності. Цей висновок підтверджує наукові роботи Арзютова Г.Н., Зюзь В.М., (Арзютова, Зюзь, 2007; Зюзь, 2007), Полякова А. В., 2007 (Полякова, 2007).

На думку фахівців серед тенісистів захисного стилю переважна більшість має темперамент меланхоліка – 48%, або флегматика – 32%, а серед тенісистів атакуючого стилю навпаки, сангвініків – 39%, холериків – 42%. Стать спортсмена також має значення. Так, серед хлопців приблизно 90% грають в атакуючому стилі, а дівчат, які успішно виступають на змаганнях приблизно 30% які грають в захисному стилі.

На думку тренерів до переходу гравця до гри у захисному стилі спонукають: 68% – розуміння гравцем переваг та недоліків захисного стилю; по16 % – ігровий стаж та фізичний розвиток.

Аналіз анкетування тренерів показує, що гра у захисному стилі переважає у гравців тенісисток меланхоліків та флегматиків, для атакуючого стилю в основному сангвініки та холерики, що співпадає з думкою Панкова В., Серова Л. К., Воронов А. А., Шалар О.Г., Стрикаленко Е. А., Иващенко А. Н. (Панкова, 2007, Серова & Воронов, 2013; Шалар, Стрикаленко, & Иващенко, 2013).

На питання, якому базовому елементу необхідно навчати гравця на початку вивчення захисного стилю 58% респондентів відповіли, що треба довго тримати м’яч на столі «підрізкою», 39% вважають, що пересування вперед-назад головне та 3% – швидко змінювати положення ракетки в руці.

Для успішної ігрової діяльності у віці 10–13 років на думку тренерів психологічна та фізична підготовка має важливе значення, вони разом складають більше ніж 60 % ( технічна – 19%, тактична – 17%, психологічна та фізична по 32 %).

Так, провідними фізичними якостями в тенісі настільному є координаційні здібності – 48 %,швидкість – 24 %, швідкісно-силові –16%, гнучкість – 6%, спеціальна витривалість – 6 %, відповідно.

Опитування показало, що фізичні якості, які притаманні гравцям залежать від стилю в якому вони грають. Так, у захисників переважають координаційні здібності – відзначило 32 % , швидкісно-силові – 29% та спеціальна витривалість – 32 %, так як тенісисти захисного стилю грають пасивно і багато рухають в різних напрямках. А гравці атакуючого стилю навпаки, повинні швидко реагувати на м’яч, тому їм притаманні координаційні здібності – 29 %, бистрота –16%, швидкісно-силові – 32%, гнучкість – 6%, спеціальна витривалість – 16%, відповідно. Найважливішими психологічними здібностями в тактичній підготовці в настільному тенісі, на думку респондентів, є: швидкість реакції – 32 % , швидкість реакції на об’єкт, що рухається – 32 %, швидкість оперативного мислення – 19 %, швидкість реакції вибору – 26 %. Також на думку спеціалістів тенісисту притаманні і спеціальні здібності, найважливішим серед них є відчуття м’яча – 48%, диференціація зусиль – 32 та орієнтація в просторі – 19 %.

Технічна підготовка юних тенісистів складається із різноманітних прийомів та комбінацій, які вивчається протягом тривалого часу. Найважливішими прийомами для гравців атакуючого стилю в тенісі настільному є накат та топ-спін, вони складають – 58 %

гри нападаючого, в той час як підрізка є головним прийомом для захисника – 74 %. З анкетування тренерів визначається, що формування стилю гри має взаємозв'язок з рівнем техніко-тактичної підготовленості тенісистів. Це не заперечує дослідженням Запорожанова Г. О., Зюзь В. М. (Запорожанова, 2007; Зюзь, 2007).

На запитання скільки разів на рік ви здійснюєте контроль техніко-тактичної підготовленості тенісистів, тренери відповіли наступне: один раз на рік – 13%, два рази на рік – 81%, кожний раз після змагань в річному циклі підготовки – 6%.

**Висновки.** Аналіз науково-методичної літератури показав, шо методика удосконалення техніко-тактичної підготовленості на етапі попередньої базової підготовки потребує нових підходів в тренувальному процесі з урахуванням індивідуальних морфо-функціональних та психологічних особливостей спортсменів.

Результати проведеного анкетування з тренерами, які працюють з тенісистами на етапі попередньої базової підготовки свідчать, що тренери підтримують думку, що при формуванні стилю гри необхідно враховувати індивідуальні показники фізичного розвитку, рівня техніко-тактичної та фізичної підготовленості та психофізіологічні здібності.

Правильне врахування індивідуальних особливостей юних спортсменів дозволить скоротити період навчання та підвищить ефективність змагальної діяльності спортсменів на етапі попередньої базової підготовки в тенісі настільному.

**Перспективи подальших досліджень**. Виходячи з вище наведеного, подальші дослідження планується проводити у напрямку удосконалення засобів та методів техніко-тактичної підготовки спортсменів на етапі попередньої базової підготовки.

**Конфлікт інтересів.** Автори заявляють, що немає конфлікту інтересів, який може таким, що може нанести шкоду неупередженості статті.

**Джерела фінансування.** Ця стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної організації.

## СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

Алєксєєв, О. О., & Прозар, М. В. (2018). Аналіз атакуючих технічних дій у настільному тенісі гравців. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. 11, 17-25.

Арзютов, Г., Гуска, М., & Зюзь, В. (2009). Вдосконалення змісту етапу спеціалізованої базової підготовки (10-14р.) у настільному тенісі. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. (1), 4-9.

Арзютов, Г. Н., & Зюзь, В. М. (2007). Стратегия отбора игроков в настольном теннисе. *Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта*. (9), 6-12.

Асєєва, Я. Ф. & Шевченко, О. О. (2018). Аналіз участі студентів ХДАФК у обласних спортивних змаганнях «Спорт протягом життя» з настільного тенісу у 2015-2017 роках. *Спортивні ігри*. (2), 79-83.

Гришко, Л. Г., Гришко, Ю. Ю., & Ібраїмова, М. В. (2013). *Настільний теніс: Навчальна програма для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ*, Київ.

Запорожанова, Г. О. (2007). Фактори, що обумовлюють формування індивідуального ігрового стилю тенісистів. *Актуальні проблеми фізичної культури і спорту*. (2), 21-25.

Зюзь, В. М. (2007). Оптимізація техніко-тактичної підготовки юних тенісистів на етапі спеціалізованої базової підготовки (10-14 років). *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту.* (10), 47–50.

Зюзь, В. М. (2007). Цільова точність, швидкість польоту м'яча та час рухової реакції юних тенісистів на етапі попередньої базової (6-10 років) багаторічної підготовки в настільному тенісі. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. Серія 15, (3), 28–34.

Кудряшов, Е. В. (2015). Характеристика модели технической подготовленности спортсменок высокой квалификации в настольном теннисе. *Теория и практика физической культуры.* (8), 78-82.

Ландик, В. И., Похоленчук, Ю. Т., & Арзютов, Г. Н. (2005). *Методология спортивной подготовки: настольный теннис.* Донецк: Норд-Пресс.

Лейфа, А. В., Юречко, О. В., & Войтус, Л. В. (2016). Особенности двигательного и психоэмоционального состояния теннисисток в зависимости от уровня их спортивной подготовленности. *Бюллетень физиологии и патологии дыхания*. (62), 85-88. doi: 10.12737/23258.

Окопний, А. (2016). Аналіз змагальної діяльності гравців високої кваліфікації у настільному тенісі в Україні та закордоном. *Теоретико-методичні засади спортивних та рекреаційних ігор.* 89-92.

Панкова, В. (2007). Личностные качества игроков в настольном теннисе. *Научно-теоретический журнал «Ученые записки»*. 8(30), 70-72.

Полякова, А. В. (2007). Відбір перспективних спортсменів 11-13 років в настільному тенісі. *Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта.* (4), 77-79.

Серова, Л. К., & Воронов, А. А. (2013). Зависимость индивидуального стиля деятельности в настольном теннисе от типологических свойств личности спортсменов. *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта.* 11 (95), 140-143.

Соловей, О., & Набибко, О. (2015). Формування техніки гри на етапі початкового навчання в настільному тенісі школярів 8-9 років. *Спортивний вісник Придніпров'я.* (3), 137.

Улізько, В., & Коробейніков, Г. (2008). Зміни серцево-судинної системи під час навантажень кваліфікованих спортсменок з настільного тенісу у передзмагальному періоді. *Молода спортивна наука України*. 3(12), 235-239.

Улізько, В. (2009). Психоемоційна складова функціонального стану спортсменок з настільного тенісу високої кваліфікації. *Молода спортивна наука України*. 1(13), 288-292.

Шалар, О. Г., Стрикаленко, Е. А., & Иващенко, А. Н. (2013). Индивидуальные свойства личности как критерий выбора стиля игры теннисисток Херсонский государственный университет. *Физическое воспитание студентов.* (02), 69-73. doi: 10.6084/m9.figshare.156384.

Шевченко, О. О., & Асеєва, Я. Ф. (2018). Контроль рівня спеціальної фізичної підготовленості спортсменів в групі базової підготовки тенісу настільного. *Спортивні ігри.* (4), 60-66.

Щирба, Г. (2001). Особливості оптимізації методики розвитку швидкісно-силових якостей у гравців з настільного тенісу. *Молода спортивна наука України*. 1(5), 412-414.

Стаття поступила до редакції: `15.05.2019.
Опублікована: 1.06.2019.

***Аннотация: Асеева Я. Ф., Шевченко О. О. Анализ результатов анкетирования тренеров по усовершенствованию технико-тактической подготовленности на этапе предварительной базовой подготовки в теннисе настольном.*** Специалисты по теннису настольному подчеркивают, что с этапа предварительной базовой подготовки в теннисе настольном начинается активное участие спортсменов в соревнованиях, что обусловливает определение его перспективности для дальнейшей спортивной деятельности. За последние годы в соревновательной деятельности определяется тенденция к сокращению количества ударов в одном розыгрыше и повышения мощности атакующих действий не только завершающих, но и первых. ***Цель:*** *выявить мнение тренеров по путям формирования стиля игры в технико-тактической подготовке спортсменов на этапе предварительной базовой подготовки в теннисе настольном.* ***Материалы и методы:*** *теоретический анализ и*

*обобщение данных научно-методической литературы, анкетирование, методы математической статистики. В исследовании взяли участие 31 тренер Украины с тенниса настольного (другой, первой и высшей категории).* ***Результаты:*** *Результаты проведенного анкетирования с тренерами, которые работают с теннисистами позволили определить мнение тренеров, что для формирования стиля игры в теннисе настольном на этапе предварительной базовой подготовки необходимо учитывать индивидуальные показатели физического развития, уровня технико-тактической, физической подготовленности и психофизиологических способностей.* ***Выводы:*** *Правильный учет индивидуальных особенностей юных спортсменов позволит сократить период обучения и повышение эффективности соревновательной деятельности теннисистов на этапе предварительной базовой подготовки в теннисе настольном.*

***Ключевые слова****: теннисисты; технико-тактическая подготовка; психофизиологические способности; теннис настольный.*

***Annotation: Aseeva Y., Shevchenko O. Analysis of the results of the trainer's questionnaire for improvement of technical and tactical preparation at the stage of pre-basic training in table tennis.*** *Table tennis specialists emphasize that active participation of sportsmen in competitions begins from the stage of preliminary basic preparation in table tennis that causes the determination of its prospects for further sports activity. In recent years the tendency to reduction of number of blows in one draw and increases in power of the attacking actions not only the finishing but also the first is defined in the competitive activity.* ***Objective:*** *to identify the opinion of coaches on the ways of forming the style of game in the technical and tactical preparation of athletes at the stage of pre-basic training in table tennis.* ***Materials and methods:*** *theoretical analysis and synthesis of scientific and methodological literature data, questionnaire, methods of mathematical statistics. The research involved 31 table tennis coaches of Ukraine (different, first and highest category).* ***Results:*** *The questionnaire results of the coaches, who work with tennis players made possible to determine the coaches' opinion that for the formation of table tennis game at the pre-basic training stage needs to take into account individual indicators of physical development, level of technical and tactical, physical fitness and psycho-physiological abilities.* ***Conclusions:*** *Proper consideration of the individual characteristics of young athletes will reduce the period of training and increase the efficiency of competitive activity of tennis players at the stage of pre-basic training in table tennis.*

***Keywords:*** *tennis players; technical and tactical training; psycho-physiological abilities; table tennis.*

**References:**

Aljeksjejev, O. O., & Prozar, M. V. (2018). Analiz atakujuchyh tehnichnyh dij u nastil'nomu tenisi gravciv. *Visnyk Kam'janec'-Podil's'kogo nacional'nogo universytetu. Fizychne vyhovannja, sport i zdorov'ja ljudyny*. 11, 17-25.

Arzjutov, G., Guska, M., & Zjuz', V. (2009). Vdoskonalennja zmistu etapu specializovanoi' bazovoi' pidgotovky (10-14r.) u nastil'nomu tenisi. *Visnyk Kam'janec'-Podil's'kogo nacional'nogo universytetu. Fizychne vyhovannja, sport i zdorov'ja ljudyny*. (1), 4-9.

Arzjutov, G. N., & Zjuz', V. M. (2007). Strategija otbora igrokov v nastol'nom tennise. *Pedagogika, psihologija i mediko-biologicheskie problemy fizicheskogo vospitanija i sporta.* (9), 6-12.

Asjejeva, Ja. F. & Shevchenko, O. O. (2018). Analiz uchasti studentiv HDAFK u oblasnyh sportyvnyh zmagannjah «Sport protjagom zhyttja» z nastil'nogo tenisu u 2015-2017 rokah. *Sportyvni igry*. (2), 79-83.

Gryshko, L. G., Gryshko, Ju. Ju., & Ibrai'mova, M. V. (2013). *Nastil'nyj tenis: Navchal'na programa dlja DJuSSh, SDJuShOR, ShVSM*. Kyi'v.

Zaporozhanova, G. O. (2007). Faktory, shho obumovljujut' formuvannja indyvidual'nogo igrovogo stylju tenisystiv. *Aktual'ni problemy fizychnoi' kul'tury i sportu*. (2), 21-25.

Zjuz', V. M. (2007). Optymizacija tehniko-taktychnoi' pidgotovky junyh tenisystiv na etapi specializovanoi' bazovoi' pidgotovky (10-14 rokiv). *Pedagogika, psyhologija ta medyko-biologichni problemy fizychnogo vyhovannja i sportu*. (10), 47–50.

Zjuz', V. M. (2007). Cil'ova tochnist', shvydkist' pol'otu m'jacha ta chas ruhovoi' reakcii' junyh tenisystiv na etapi poperedn'oi' bazovoi' (6-10 rokiv) bagatorichnoi' pidgotovky v nastil'nomu tenisi. *Naukovyj chasopys NPU imeni M.P. Dragomanova.* Serija 15, (3), 28–34.
Kudrjashov, E. V. (2015). Harakteristika modeli tehnicheskoj podgotovlennosti sportsmenok vysokoj kvalifikacii v nastol'nom tennise. *Teorija i praktika fizicheskoj kul'tury*. (8), 78-82.
Landik, V. I., Poholenchuk, Ju. T., & Arzjutov, G. N. (2005). *Metodologija sportivnoj podgotovki: nastol'nyj tennis*. Doneck: Nord-Press.
Lejfa, A. V., Jurechko, O. V., & Vojtus, L. V. (2016). Osobennosti dvigatel'nogo i psihojemocional'nogo sostojanija tennisistok v zavisimosti ot urovnja ih sportivnoj podgotovlennosti. *Bjulleten' fiziologii i patologii dyhanija*. (62), 85-88. doi: 10.12737/23258.
Okopnyj, A. (2016). Analiz zmagal'noi' dijal'nosti gravciv vysokoi' kvalifikacii' u nastil'nomu tenisi v Ukrai'ni ta zakordonom. *Teoretyko-metodychni zasady sportyvnyh ta rekreacijnyh igor*. 89-92.
Pankova, V. (2007). Lichnostnye kachestva igrokov v nastol'nom tennise. *Nauchno-teoreticheskij zhurnal «Uchenye zapiski»*. 8(30), 70-72.
Poljakova, A. V. (2007). Vidbir perspektyvnyh sportsmeniv 11-13 rokiv v nastil'nomu tenisi. *Pedagogyka, psyhologyja y medyko-byologycheskye problemы fyzycheskogo vospytanyja y sporta*. (4), 77-79.
Serova, L. K., & Voronov, A. A. (2013). Zavisimost' individual'nogo stilja dejatel'nosti v nastol'nom tennise ot tipologicheskih svojstv lichnosti sportsmenov. *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta.* 11 (95), 140-143.
Solovej, O., & Nabybko, O. (2015). Formuvannja tehniky gry na etapi pochatkovogo navchannja v nastil'nomu tenisi shkoljariv 8-9 rokiv. *Sportyvnyj visnyk Prydniprov'ja*. (3), 137.
Uliz'ko, V., & Korobejnikov, G. (2008). Zminy sercevo-sudynnoi' systemy pid chas navantazhen' kvalifikovanyh sportsmenok z nastil'nogo tenisu u peredzmagal'nomu periodi. *Moloda sportyvna nauka Ukrai'ny*. 3(12), 235-239.
Uliz'ko, V. (2009). Psyhoemocijna skladova funkcional'nogo stanu sportsmenok z nastil'nogo tenisu vysokoi' kvalifikacii'. *Moloda sportyvna nauka Ukrai'ny*. 1(13), 288-292.
Shalar, O. G., Strikalenko, E. A., & Ivashhenko, A. N. (2013). Individual'nye svojstva lichnosti kak kriterij vybora stilja igry tennisistok Hersonskij gosudarstvennyj universitet. *Fizicheskoe vospitanie studentov*. (02), 69-73. doi: 10.6084/m9.figshare.156384.
Shevchenko, O. O., & Asejeva, Ja. F. (2018). Kontrol' rivnja special'noi' fizychnoi' pidgotovlenosti sportsmeniv v grupi bazovoi' pidgotovky tenisu nastil'nogo. *Sportyvni igry*. (4), 60-66.
Shhyrba, G. (2001). Osoblyvosti optymizacii' metodyky rozvytku shvydkisno-sylovyh jakostej u gravciv z nastil'nogo tenisu. *Moloda sportyvna nauka Ukrai'ny*. 1(5), 412-414.

**Відомості про авторів / Information about the Authors**

Асєєва Ярославна: *Харківська державна фізичної культури: вул. Клочківська, 99. м. Харків, 61058, Україна.*

Асеева Ярославна: *Харьковская государственная академия физической культуры: ул. Клочковская, 99.*

Aseieva Y.: *Kharkiv State Academy of Physical Culture: Klochkivska str. 99, Kharkiv, 61058, Ukraine.*

orcid.org/0000-0003-0423-7788

E-mail: 31031975@ukr.net

Шевченко Олег: *к. фіз. вих., доцент; Харківська державна академія фізичної культури: вул. Клочківська, 99. м. Харків, 61058, Україна.*

Шевченко Олег: *к. физ. восп., доцент; Харьковская государственная академия физической культуры: ул. Клочковская, 99.*

г. Харьков, 61058, Украина.

Shevchenko O.: *PhD (physical education and sport), Associate Professor Assosiate*

*Professor; Kharkiv State Academy of Physical Culture: Klochkivska str. 99, Kharkiv, 61058, Ukraine.*

orcid.org/0000-0002-2856-9640

E-mail: Shevchenko7777oleg@gmail.com

УДК 796.346.4:796.012.1-053.5

ISSN (Ukrainian ed. Online) 2523-4161
2019, №3(13), 12-21
doi: 10.15391/si.2019-3.02

# Формування рухових якостей дітей старшого дошкільного віку під впливом занять міні-тенісом

Гращенкова Ж. В., Градусов В. О., Камбур Н.О.
*Харківська державна академія фізичної культури*

**Анотація.** *Актуальність статті обумовлена сучасними тенденціями розвитку міні-тенісу в Україні та недостатньою науково-методичною базою з організації та проведення навчально-тренувальних занять з дітьми старшого дошкільного віку. Вітчизняними дослідниками приділяється увага підготовці кваліфікованих тенісистів, існують роботи з оптимізації навчально-тренувального процесу, проте питання присвячені методиці побудови занять для дітей з міні-тенісу на етапі початкової підготовки залишаються не достатньо висвітлені.* ***Мета дослідження:*** *перевірка впливу та ефективності методику розвитку фізичних якостей дітей старшого дошкільного віку у процесі занять міні-тенісом.* ***Матеріал і методи дослідження:*** *під час організації дослідження проводився аналіз та узагальнення науково-методичної літератури; анкетування, педагогічне спостереження, тестування фізичних якостей, використовувалися методи математичної статистики. Дослідження проводилось протягом 2017-2019 рр., яке передбачало ряд послідовних етапів. У досліджені брали участь 16 дітей старшого дошкільного віку, які займались тенісом у групі початкової підготовки першого року навчання на базі тенісного клубу «Унікорт» м. Харкова три рази на тиждень по 60 хвилин.* ***Результати дослідження:*** *для визначення ефективності запропонованої методики нами було визначено рівень фізичної підготовленості та технічного засвоєння рухів «школи м'яча», підбір тестів здійснювався з урахування специфіки виду спорту. Отриманні результати свідчать про позитивний вплив занять тенісом на розвиток фізичних якостей, а особливо швидкісних, координаційних та швидкісно-силових якостей дітей старшого дошкільного віку. Результати свідчать про однаковий рівень фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку на початку занять тенісом і достовірні відмінності між контрольною та експериментальної групою відсутні. Необхідно зазначити відсутність однорідності результатів, оскільки коефіцієнт варіації складає від 26,4% до 35,2%, за винятком експериментальної групи у тесті – «біг на 5 м з високого старту» (V =12,2%). Аналіз отриманих результатів свідчить про підвищення рівня фізичної підготовленості як у контрольній так і в експериментальній групах наприкінці першого року тренування. Відповідно до коефіцієнта варіації можна говорити про те, що результати у внутрішньо груповій вибірці стали більш однорідними і вказують на більш однаковий рівень підготовленості дітей порівняно з результатами до початку занять тенісом.* ***Висновки.*** *Аналіз зарубіжної наукової, навчальної і методичної літератури свідчить, про те, що міні-теніс в системі організації та проведення навчально-тренувального процесу є ефективним засобом в формуванні інтересу до занять та позитивно впливає на розвиток фізичних якостей у дітей віком до 8 років. Ефективність розробленої методики підтверджується достовірними приростом показників рівня розвитку фізичних якостей дітей відповідного віку у тестах – біг на 5 м з високого старту, стрибок в довжину з місця, кидок м'яча на дальність, човниковий біг «віяло», хват падаючої палки, метання м'ячів у квадрати та десять вісімок при $p<0,01–0,01$.*

**Ключові слова:** *міні-теніс; фізичні якості; старший дошкільний вік; методика.*

**Вступ.** Етап початкової підготовки у тенісі є фундаментальним для розвитку багатьох фізичних здібностей – швидкісних, координаційних, гнучкості (Аль Халик Махмуд, 1997; Ібраимова, 2000; Лобода, 2013). Основною метою даного етапу є створення дружньої атмосфери на заняттях шляхом використання різноманітних рухливих ігор

©Гращенкова Ж. В., Градусов В. О., Камбур Н.О.

(Вільчковський, 1989),варіювання різних за складністю та інтенсивністю вправ (Лях, 2006), підтримання високої моторної щільності заняття (Латишкевич, 2000).

У тенісі фізична підготовка має вагоме значення на початковому етапі та є не менш значущою протягом наступних етапів підготовки, оскільки сучасні тенденції розвитку тенісу характеризуються універсалізацією гри, як на задній лінії, так і біля сітки, що без певного рівня фізичної підготовленості здійснити на високому рівні не можливо (Бондаревский, 1983; Вильчковский,1989).

Сучасні тенденції розвитку тенісу характеризуються універсалізацією гри. В останні роки у світовому тенісі спостерігається помітне зростання темпу, сили та варіативності ударів, підвищилась їх стабільність і точність. З кожним роком значно підвищується значення спеціальної фізичної підготовки для досягнення високих результатів у тенісі (Боллітері, 2003; Гороховський, 2004; Губа, 2003; Ібраімова, 2009).

Федерацією тенісу України з 2012 року ухвалено використання основних положень напряму програми «Play&Stay» МФТ «Tennis10S» (теніс для дітей до 10 років) на початковому етапі занять тенісом, який апробований та використовується у більшості країн світу (Ібраімова, 2012; Barrell, 2013; Farrel, 2015).

Аналіз науково-методичної літератури показав, що авторами приділяється увага підготовці висококваліфікованих тенісистів, фізичній підготовці, проблемам психологічної та тактичної підготовки . Проте, роботи присвячені впровадженню міні-тенісу у дітей на етапі початкової підготовки, зокрема і програма ДЮСШ, не висвітлюють достатньо питання щодо організації та проведення занять з міні-тенісу з дітьми старшого дошкільного віку.

**Мета дослідження.** Метою статті є перевірка впливу і ефективності методики розвитку фізичних якостей дітей старшого дошкільного віку у процесі занять міні-тенісом.

**Матеріал і методи дослідження.** В останні роки у світовому тенісі спостерігається помітне зростання темпу, сили та варіативності ударів, підвищилась їх стабільність і точність. Провідні спеціалісти з тенісу вважають, що на початковому етапі підготовки головними задачами є розвиток ентузіазму та розвиток загальних фізичних здібностей таких, як швидкість, сила, витривалість, гнучкість, рівновага, координація рухів, швидкість при переміщеннях та основні навички бігу.

В. П. Філін рекомендує поряд із використанням засобів загальної фізичної підготовки вже в перші роки заняття спортом в програму тренування включати комплекси спеціальних вправ, направлених на розвиток фізичних якостей, що мають важливе значення в обраному виді спорту.

Рівень фізичної підготовленості у початківців досягається завдяки не тільки виконанням фізичних вправ на розвиток фізичних здібностей, а й в процесі вивчення техніки й тактики гри. Оскільки, з одного боку певний рівень фізичної підготовленості сприяє кращому освоєнню техніки, з другого – не достатній його рівень сповільнює процес навчання (Козак, 2012; Лобода 2013).

З урахуванням вищезазначених теоретико-методичних основ побудови навчально-тренувального процесу юних спортсменів на етапі початкової підготовки ми розробили методику розвитку фізичних якостей для дітей відповідного віку, що займаються міні-тенісом перший рік.

Для перевірки ефективності методики ми застосувались тести, що рекомендовані фахівцями (Ібраімова 2012, Козак 2015).

Були використані тести для оцінки: рівня розвитку швидкісних здібностей – біг на 5 м з високого старту (с); рівня розвитку швидкісно-силових здібностей – стрибок в довжину з місця (см), кидок м’яча на дальність (м).

Враховуючи те, що теніс є складно-координаційним та швидкісним видом спорту нами був визначений рівень

координаційних та швидкісних здібностей: «човникового бігу» 3х6 м з ракеткою та м'ячем (с); човниковий біг «віяло» 3 точки (с); хват падаючої палиці (см); метання 24 м'ячів в квадрати (кількість разів попадання); метання провідною та непровідною рукою по 12 м'ячів з них по 3 м'яча у кожний квадрат 2х2 м (кількість попадань); десять вісімок ((тест Копилова), с); підбивання м'яча вверх провідною рукою підбивання м'яча вверх непровідною рукою та набивання м'яча об землю провідною та непровідною рукою; гра з партнером, виконуючи удари з відскоку справа та зліва (кількість ударів).

Для визначення проблеми впровадження у навчально-тренувальний процес міні-тенісу нами було проведено анкетування серед тренерів з тенісу спортивного клубу «Унікорт» м. Харкова.

Нами була використана методика розвитку фізичних якостей дітей старшого дошкільного віку, яка вже апробована тренерами СК «ДСС» м. Маріуполя, і має достовірну позитивну динаміку. Внесенні нами відповідні доповнення ґрунтувалися на:

- змісті навчальної програми ДЮСШ;
- умовах проведення занять, а саме матеріально-технічного забезпечення та часу щодо проведення занять (2 рази на тиждень по 60 хв.);
- основах теорії та методики спортивного тренування дітей старшого дошкільного віку;
- морфофункціональному та психічному розвитку дітей старшого дошкільного віку, та їх індивідуальних особливостях;
- загальній структурі та тривалості навчально-тренувального заняття (підготовча частина складає 10-15 хв., основна частина – 30-35 хв., заключна частина – 15-20 хв.);
- основному методі організації і проведення навчально-тренувального процесу (ігровому).

Відповідно до вищезазначених особливостей доповнено основні блоки вправ, що забезпечували паралельно виховання зацікавленості до занять тенісом, розвиток концентрації уваги до власних дій та фізичних здібностей, становлення техніки виконання й тактики гри (табл. 1).

Дані блоки вправ використовувалися з урахуванням загальних дидактичних принципів навчання та спортивного, а також в залежності від поставлених завдань на навчально-тренувальний процес.

Для визначення ефективності запропонованої методики визначався рівень фізичної підготовленості та технічного засвоєння рухів «школи м'яча». Підбір тестів здійснювався з урахування специфіки виду спорту, частина з яких була розроблена Козак А. М. (2015), як тести для визначення рівня прояву координаційних здібностей тенісистів 5–6 років.

У дослідженні взяли участь 16 юних тенісистів, які склали КГ (n=8) і ЕГ(n=8).

**Результати дослідження та їх обговорення.** Результати анкетування встановили, що середній вік тренерів, які працюють з дітьми першого року навчання відповідає 36,5 років. Педагогічний стаж даної категорії тренерів складає 14,4 років. Необхідно зазначити, що всі тренери з тенісу пройшли семінар і здали позитивно іспит щодо отримання сертифікату Level-1, яких дає дозвіл роботи з дітьми до 10 років. Отже увесь тренерських склад СК «Унікорт» знайомий з особливостями організації та проведення занять з міні-тенісу.

Більшість респондентів (68%), незважаючи на отримання сертифікату та формування знань з методики організації та проведення міні-тенісу, використовують самостійно розроблену методику. Також зазначають, що в програмі ДЮСШ міні-теніс не розкритий.

Групами початкової підготовки з міні-тенісу в СК «Унікорт» плануються заняття по 2 або 3 рази на тиждень, тривалість яких складає 60 хв. Тренери (61%), які приймали участь в анкетуванні зазначають, що роблять акцент на технічну підготовку дітей, на другий план відводять фізичну, третій – тактичну, четвертий – теоретичні і п'ятий – ігрову. Однак, 22% респонденті вказують на необхідність об'єднувати всі сторони підготовки.

*Таблиця 1*

**Характеристика блоків вправ для занять міні-тенісом для дітей старшого дошкільного віку**

| № блоку | Назва блоку | Завдання, що вирішуються при виконанні даного блоку вправ |
|---|---|---|
| Блок 1. | Маніпуляції з ракеткою | 1. Розвиток концентрації уваги до власних дій.<br>2. Розвиток координаційних здібностей (верхніх кінцівок) . |
| Блок 2. | Маніпуляції з м'ячем | 1.Розвиток концентрації уваги до власних дій.<br>2.Розвиток координаційних здібностей (орієнтація у просторі).<br>3.Розвиток простою та складної рухової реакції.<br>4.Розвиток швидкісних здібностей та спритності. |
| Блок 3. | Маніпуляції з ракеткою та м'ячем | 1. Розвиток концентрації уваги до власних дій.<br>2. Розвиток координаційних здібностей (орієнтація у просторі).<br>3. Розвиток простої та складної рухової реакції.<br>4. Розвиток швидкісних здібностей та спритності.<br>5. Формування навиків техніки утримання тенісної ракетки.<br>6. Формування навиків «школи рухів з тенісу». |
| Блок 4. | Ігри та вправи зі штовханням м'яча | 1. Розвиток концентрації уваги до власних дій.<br>2. Розвиток координаційних здібностей (орієнтація у просторі).<br>3. Розвиток складної рухової реакції.<br>4. Розвиток спритності.<br>5. Формування навиків техніки утримання тенісної ракетки.<br>6. Формування навиків з тактичного виконання вправи для досягнення результату. |
| Блок 5. | Вправи з набиванням та підбиванням м'яча | 1. Розвиток концентрації уваги до власних дій.<br>2. Розвиток координаційних здібностей (орієнтація у просторі та ритму руху).<br>3. Розвиток складної рухової реакції.<br>4. Формування навиків техніки утримання тенісної ракетки.<br>5. Формування навиків «школи володіння м'ячем».<br>6. Формування навиків з тактичного виконання вправи для досягнення результату. |
| Блок 6. | Вправи на техніку ударів | 1. Розвиток концентрації уваги до власних дій.<br>2. Розвиток координаційних здібностей (орієнтація у просторі, вміння об'єднувати окремі рухи в єдине ціле).<br>3. Розвиток простої та складної рухової реакції.<br>4. Формування навиків «школи володіння м'ячем».<br>5. Формування техніки виконання ударів з відскоку та з льоту.<br>6. Формування навиків з тактичного виконання вправи для досягнення результату. |
| Блок 7 | Вправи з фізичної підготовки | 1. Розвиток координаційних здібностей.<br>2. Розвиток простої та складної рухової реакції.<br>3. Розвиток силових, швидкісних та швидкісно-силових здібностей.<br>4. Розвиток витривалості та гнучкості. |

Результати анкетування свідчать про відсутність єдиного підходу організації навчально-тренувальних занять з міні-тенісу.

Отриманні результати фізичної підготовленості юних тенісистів підтверджують позитивний вплив використаної методики занять міні-тенісом на розвиток фізичних якостей, а особливо швидкісних, координаційних та швидкісно-силових (табл. 2, 3, 4).

*Таблиця 2*

**Статистичні показники рівня фізичної підготовленості дітей на початку занять тенісом**

| № | Контрольні тести | Група | Статистичні показники | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | $\bar{x}$ | ± $S$ | $V$ % |
| 1 | біг на 5 м з високого старту (с) | КГ(n=8) | 2,12 | 0,56 | 26,4 |
| | | ЕГ(n=8) | 2,20 | 0,26 | 12,2 |
| | t між контр. та експерим. | | 0,138 | | |
| 2 | стрибок в довжину з місця (см) | КГ(n=8) | 0,88 | 0,32 | 35,2 |
| | | ЕГ(n=8) | 0,89 | 0,25 | 28,1 |
| | t між контр. та експерим. | | 0,131 | | |
| 3 | кидок м'яча на дальність (м) | КГ(n=8) | 3,58 | 1,03 | 28,8 |
| | | ЕГ(n=8) | 3,56 | 1,12 | 31,5 |
| | t між контр. та експерим. | | 0,558 | | |

Результати, що представлені у таблиці 2 свідчать про однаковий рівень фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку на початку занять тенісом і достовірні відмінності між контрольною та експериментальної групою відсутні. Необхідно зазначити відсутність однорідності результатів, оскільки коефіцієнт варіації складає від 26,4% до 35,2%, за винятком експериментальної групи у тесті – «біг на 5 м з високого старту» ($V$ =12,2%).

Аналіз результатів показав динаміку підвищення рівня фізичної підготовленості як у контрольній так і в експериментальній групах наприкінці першого року тренування (табл. 3). Відповідно до коефіцієнта варіації можна говорити про те, що результати у внутрішньогруповій вибірці стали більш однорідними і вказують на більш однаковий рівень підготовленості дітей порівняно з результатами до початку занять тенісом.

*Таблиця 3*

**Статистичні показники рівня фізичної підготовленості дітей наприкінці першого року тренування**

| № | Контрольні тести | Група | Статистичні показники | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | $\bar{x}$ | ± $S$ | $V$ % |
| 1 | біг на 5 м з високого старту (с) | КГ (n=8) | 1,98 | 0,45 | 22,8 |
| | | ЕГ (n=8) | 1,86 | 0,22 | 11,8 |
| 2 | стрибок в довжину з місця (см) | КГ (n=8) | 1,12 | 0,23 | 20,6 |
| | | ЕГ (n=8) | 1,22 | 0,96 | 19,7 |
| 3 | кидок м'яча на дальність (м). | КГ (n=8) | 4,56 | 1,03 | 28,7 |
| | | ЕГ (n=8) | 6,58 | 0,89 | 13,5 |

Однак, в експериментальній групі наприкінці першого року тренувань достовірні відмінності за t–критерієм Стьюдента визначились, а у контрольній незалежно від росту результатів достовірні відмінності не визначились.

Відміною рисою результатів у тестах зі спеціальних фізичних якостей є достовірність відмінностей показників між початком занять тенісом та після першого року тренування контрольної та експериментальної груп у тестах (табл. 4):

човниковий біг «віяло», «хват падаючої палки», «метання м'ячів у квадрати» та десять вісімок при p<0,001 (t = 4,837-13,859). У контрольній групі не визначився приріст у тесті «човниковий біг» 3х4 м з ракеткою та м'ячем, а в експериментальній даний приріст за t –критерієм Стьюдента склав при p<0,001.

*Таблиця 4.*

**Статистичні показники розвитку спеціальних фізичних якостей дітей на початку та наприкінці першого року тренувань**

| № | Контрольні тести | Група | Статистичні показники | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | $\bar{x}$ | | ± $S$ | | $V$ % | | t між до і після |
| | | етап дослідження | до | після | до | після | до | після | |
| 1 | «човникового бігу» 3х4 м з ракеткою та м'ячем (с) | КГ (n=8) | 13,81 | 13,67 | 2,12 | 2,15 | 15,4 | 15,8 | 2,286 |
| | | ЕГ (n=8) | 13,78 | 12,98 | 2,05 | 0,94 | 14,9 | 7,4 | **13,061** |
| | t між контр. та експерим. | до 0,320 | | | | після 1,789 | | | |
| 2 | човниковий біг «віяло» 3 точки (с) | КГ(n=8) | 11,65 | 10,98 | 1,12 | 1,25 | 9,6 | 11,4 | **5,256** |
| | | ЕГ (n=8) | 11,74 | 10,78 | 1,15 | 0,98 | 9,7 | 9,1 | **6,586** |
| | t між контр. та експерим. | до 1,469 | | | | після 1,088 | | | |
| 3 | хват падаючої палиці, см | КГ (n=8) | 38,72 | 37,01 | 5,52 | 6,52 | 14,3 | 17,6 | **4,837** |
| | | ЕГ (n=8) | 38,18 | 34,56 | 5,86 | 3,70 | 15,4 | 10,7 | **6,969** |
| | t між контр. та експерим. | до 2,619 | | | | після **4,126** | | | |
| 4. | метання 24 м'ячів в квадрати, (кіл-сть влучань) | КГ(n=8) | 2,12 | 4,23 | 0,98 | 1,23 | 46,2 | 29,7 | **11,936** |
| | | ЕГ(n=8) | 1,90 | 4,25 | 1,02 | 1,25 | 56,7 | 29,4 | **13,859** |
| | t між контр. та експерим. | **до 3,111** | | | | після 0,400 | | | |
| 5. | десять вісімок, с | КГ(n=8) | 20,08 | 18,58 | 1,60 | 2,12 | 7,9 | 11,4 | **5,883** |
| | | Е(n=8)Г | 20,15 | 16,21 | 1,85 | 0,98 | 9,2 | 6,0 | **11,947** |
| | t між контр. та експерим. | до 0,396 | | | | **після 6,278** | | | |

Аналіз матеріалів дослідження свідчать, що між контрольною та експериментальною групою після першого року тренувань, також визначились достовірні відмінності у тестах: «хват падаючої палки» та «десять вісімок» при p<0,001 (t = 4,126 та t =6,278 – відповідно).

Аналіз результатів володіння технікою м'яча свідчать, що в експериментальній групі показники контрольних тестів значно вищі ніж в контрольній. Так, наприклад: при виконанні «набивання ракеткою м'яча об землю провідною рукою» у контрольній групі показник в середньому склав 4,82 удари, а в експериментальній – 7,11 ударів; при «набиванні ракеткою м'яча об землю непровідною рукою» – 2,13 та 3,82 ударів (відповідно); при «підбиванні м'яча вверх ракеткою провідною рукою» – 391 та 5,18 ударів (відповідно); при «підбиванні м'яча вверх ракеткою непровідною рукою» – 1,30 та 3,02 ударів (відповідно).

Визначений коефіцієнт варіації в контрольній групі, що склав від 11,2% до 22,5%, свідчить про середню розбіжність отриманих результаті в контрольних тестах «набивання ракеткою м'яча об землю провідною та непровідною рукою» й «підбивання м'яча вверх ракеткою непровідною рукою». У контрольному тесті «підбивання м'яча вверх ракеткою провідною рукою» результати однорідні, оскільки коефіцієнт варіації склав 8,2%. Дані результати інформують про різний рівень володіння м'ячем дітей контрольної групи, що не можливо говорити про експериментальну, оскільки коефіцієнт варіації склав від 3,9% до 2,3%.

Показовою рисою результатів є достовірні відмінності за t-критерієм Стьюдента між виконанням вправ провідною та непровідною рукою при $p$<0,001, оскільки $t_{розрахункове} > t_{критичного}$.

Таким чином, отримані результати досліджень свідчать про ефективність розробленої методики для дітей старшого дошкільного віку першого року навчання в системі навчально-тренувальних занять, оскільки визначені достовірні відмінності приросту показників фізичної підготовленості, техніки володіння м'ячем та техніки школи ударів. Педагогічне спостереження свідчить про ефективність ігрового методу в організації занять та формуванні тактичного мислення.

**Висновки**. Аналіз наукової, навчальної і методичної літератури показав, що міні-теніс в системі організації та проведення навчально-тренувального процесу є ефективним засобом в формуванні інтересу до занять та позитивно впливає на розвиток фізичної підготовленості дітей віком до 8 років. Результати анкетування тренерів, які працюють з дітьми на початковому етапі дозволило узагальнити та розробити методику з міні-тенісу. Ефективність розробленої методики підтверджується достовірними приростами ($p$<0,01–0,01).

**Подальше перспективне дослідження** полягає в розробці та впровадженні методики навчання міні-тенісу протягом другого року навчання на етапі попередньої базової підготовки.

**Конфлікт інтересів.** Автори відзначають, що не існує ніякого конфлікту інтересів.

**Джерела фінансування.** Ця стаття не отримала фінансової підтримка від державної, громадської або комерційної організації.

## СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

Аль Халик, Махмуд (1997). *Направленность и содержание физической подготовки теннисистов в группах начального обучения ДЮСШ*: (Doctoral dissertation). Киев, Украина.

Боллетьери, Н. (2003). *Теннисная академия* : пер. с англ. Москва : Эксмо.

Бондаревский, Е. Я. (1983). Информативность тестов, используемых для характеристики физической подготовленности человека. *Теория и практика физ. культуры*. 1, 23-25.

Вильчковский, Э. С. (1989b). *Педагогические основы процесса формирования двигательной подготовленности детей 3–7 лет*. (Doctoral dissertation). Львов, Украина.

Вільчковський, Е. С. (1989a). *Рухливі ігри у дитячому садку*. Київ : Рад. Школа.

Гороховский, В. & Романовский В. (2004). *Большой теннис: для всех и для каждого*. Ростов-на-Дону : Феникс.

Губа, В. П. (2003). *Особенности подготовки юных теннисистов*. Москва : СпортАкадем Пресс.

Ибраимова, М. В. (2000). Критерии оценки физической подготовленности теннисистов детского возраста. *Тезисы IX междунар. науч. конгресса «Олимпийский спорт и спорт для всех»*. 192.

Ібраімова, М. В. (2012). *Теніс: Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю*. К. : РНМК.

Козак, А. (2015). Система контролю й оцінювання координаційних здібностей тенісистів 5–6 років. *Спортивна наука України.* 4(68), 56-62.

Козак, А. М. (2012). Оптимізація процесу підготовки юних тенісистів на початковому етапі шляхом застосування програми міні-теніс. *Матеріали міжнародної науково-практичної конференції «Фізична культура і здоров'я людини: історія, сьогодення, майбутнє»*, 297-302.

Латышкевич, Л. А. (2000). Проблема повышения эффективности начального этапа подготовки в спортивных играх. *Наука в олимпийском спорте*. 1, 22-25.

Лобода, В. С. (2013). *Комплексне формування елементів техніки і рухових якостей у юних тенісистів на етапі початкової підготовки*. (Doctoral dissertation). Харків, Україна.

Лях, В. И. (2006). *Координационные способности: диагностика и развитие*. М. : ТВТ Дивизион.

Филин, В. П. & Фомин, Н. А. (1980). Основы юношеского спорта. Москва : Физкультура и спорт.

Barrell, M. (2013). Do you get me? Strategies to create learning in tennis 10S. *Coaching & sport science review. ITF*, Issue 60. 17-18.

Farrel P. & Merlin van de Braam (2015). Developing co-ordination for under 10 players. *Coaching & sport science review. ITF*. Issue 65, 24-25.

Стаття поступила до редакції: 8.05.2019.
Опублікована: 1.06.2019.

***Аннотация. Градусов В. А., Гращенкова Ж. В., Камбур Н. А. Формирование физических качеств детей старшего дошкольного возраста под воздействием занятий мини-теннисом.*** *Актуальность статьи обусловлена современными тенденциями развития мини-тенниса в Украине и недостаточной научно-методической базой по организации и проведению учебно-тренировочных занятий с детьми старшего дошкольного возраста. Отечественными исследователями уделяется внимание подготовке квалифицированных теннисистов, существуют работы по оптимизации учебно-тренировочного процесса, однако вопросы посвященные методике построения занятий для детей по мини-теннису на этапе начальной подготовки остаются недостаточно представлены. Цель исследования: проверка воздействия и эффективности методики развития физических качеств детей старшего дошкольного возраста в процессе занятий мини-теннисом.* ***Материал и методы исследования****: при организации исследования проводился анализ и обобщение научно-методической литературы; анкетирование, педагогическое наблюдение, тестирование физических качеств, использовались методы математической статистики. Исследование проводилось в течение 2017-2019 гг., Которое предусматривало ряд последовательных этапов. В исследовании принимали участие 16 детей старшего дошкольного возраста, которые занимались теннисом в группе начальной подготовки первого года обучения на базе теннисного клуба «Уникорт» г. Харькова три раза в неделю по 60 минут.* ***Результаты исследования****. Для определения эффективности предложенной методики нами был определен уровень физической подготовленности и технического освоения движений «школы мяча», подбор тестов осуществлялся с учетом специфики вида спорта. Полученные результаты свидетельствуют о положительном влиянии занятий теннисом на развитие физических качеств, особенно скоростных, координационных и скоростно-силовых качеств детей старшего дошкольного возраста. Результаты свидетельствуют об однородном исходном уровне физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста и достоверные различия между контрольной и экспериментальной группой отсутствуют. Необходимо отметить отсутствие однородности результатов, поскольку коэффициент вариации составляет от 26,4% до 35,2%, за исключением экспериментальной группы в тесте - «бег на 5 м с высокого старта» (V = 12,2%). Анализ полученных результатов свидетельствуют о повышении уровня физической подготовленности, как в контрольной, так и в экспериментальной группах в конце первого года тренировки. Относительно коэффициента вариации можно говорить о том, что результаты во внутригрупповой выборке стали более однородными и указывают на одинаковый уровень подготовленности детей по сравнению с результатами до начала занятий теннисом.* ***Выводы****. Анализ зарубежной научной, учебной и методической литературы свидетельствует о том, что мини-теннис в системе организации и проведения учебно-тренировочного процесса является эффективным средством в формировании интереса к занятиям и положительно влияет на развитие физических качеств у детей до 8 лет. Эффективность разработанной методики подтверждается достоверными приростом показателей уровня развития физических качеств детей соответствующего возраста в тестах - бег на 5 м с высокого старта, прыжок в длину с места, бросок мяча на дальность, челночный бег «веер», хват падающей*

*палки, метание м мячей в квадраты и десять восьмерок (p <0,01-0,01).*

***Ключевые слова**: мини-теннис; физические качества; старший дошкольный возраст; методика.*

***Abstract. Gradusov V. A., Grashchenkova Zh. V., Kambur N.A. Formation of physical qualities of late preschool age children under the influence of mini-tennis classes.** The relevance of the article is caused by the current trends of mini-tennis development in Ukraine and the insufficient scientific and methodical base on the organization and holding educational-training classes with children of late preschool age. Domestic researchers pay attention to training of the qualified tennis players, there are works on optimization of the educational-training process, however the questions devoted to a technique of creation mini-tennis classes for children at the stage of initial preparation remain insufficiently presented. **Purpose of the research:** check of influence and efficiency of a development technique of physical qualities of late preschool age children in the course of mini-tennis classes. **Material and methods of the research:** analysis and generalization of scientifically-methodical literature were carried out; questioning, pedagogical observation, testing of physical qualities, methods of mathematical statistics were used at the organization of the research. The research was conducted during 2017-2019 which provided a number of consecutive stages. 16 children of late preschool age which were engaged in tennis three times a week 60 minutes in the group of initial preparation of the first year of training at the base of Kharkov tennis club "Unikort", participated in the research. **Results of the research.** The level of physical fitness and technical development of movements "school of the ball" we determined for the determination of efficiency of the offered technique, selection of tests was carried out taking into account specifics of sport. The received results demonstrate positive influence of tennis classes on the development of physical qualities, especially high-speed, coordination and high-speed and power qualities of children of late preschool age. The results testify to the uniform initial level of physical fitness of late preschool age children and the reliable differences between control and experimental groups are absent. It should be noted the lack of result uniformity as the coefficient of variation makes from 26.4% to 35.2%, except for the experimental group in the test - "run on 5 m from high start" (V = 12.2%). The analysis of the received results confirms increase in the level of physical fitness, both in control, and in experimental groups at the end of the first year of training. Concerning the variation coefficient it is possible to say that results in the intra group selection became more uniform and point to the identical level of preparedness of children in comparison with results before tennis classes. **Conclusions.** The analysis of foreign scientific, educational and methodical literature demonstrates that mini-tennis in the system of the organization and carrying out the educational-training process is an effective remedy in formation of interest in classes and positively influences the development of physical qualities at children up to the age of 8 years. The efficiency of the developed technique is confirmed the reliable gain of indicators of the development level of physical qualities of children of the corresponding age in tests - run on 5 m from high start, a long jump from the place, a ball throw on the range, shuttle run "fan", hold of the falling stick, throwing of balls in squares and ten eights (p<0.01-0.01).*

***Keywords:** mini-tennis; physical qualities; late preschool age; technique.*

**Reference**

Al' Halik, Mahmud (1997). *Napravlennost' i soderzhanie fizicheskoj podgotovki tennisistov v gruppah nachal'nogo obuchenija DJuSSh* : (Doctoral dissertation). Kiïv, Ukraïna.

Bondarevskij, E. Ja. (1983). Informativnost' testov, ispol'zuemyh dlja harakteristiki fizicheskoj podgotovlennosti cheloveka. *Teorija i praktika fiz. kul'tury*. 1, 23-25.

Bollet'eri, N. (2003). *Tennisnaja akademija : per. s angl.* Moskva : Jeksmo.

Vil'chkovs'kyj, E. S. (1989a). Ruhlyvi igry u dytjachomu sadku. Kyi'v : Rad. Shkola.

Vil'chkovskij, Je. S. (1989b). *Pedagogicheskie osnovy processa formirovanija dvigatel'noj podgotovlennosti detej 3–7 let*. (Doctoral dissertation). L'viv, Ukraïna.

Gorohovskij, V. & Romanovskij V. (2004). *Bol'shoj tennis: dlja vseh i dlja kazhdogo*. Rostov-na-Donu : Feniks.

Guba ,V. P. (2003). *Osobennosti podgotovki junyh tennisistov*. Moskva : SportAkadem Press.

Ibraimova, M. V. (2000). Kriterii ocenki fizicheskoj podgotovlennosti tennisistov detskogo vozrasta. *Tezisy IXmezhdunar. nauch. kongressa «Olimpijskij sport i sport dlja v*

Ibraimova, M. V. (2012). *Tenis: Navchal'na programa dlja dytjacho-junac'kyh sportyvnyh shkil, specializovanyh dytjacho-junac'kyh shkil olimpijs'kogo rezervu, shkil vyshhoi'sportyvnoi' majsternosti ta specializovanyh navchal'nyh zakladiv sportyvnogo profilju*. K. : RNMK.

Latyshkevich, L. A. (2000). Problema povyshenija jeffektivnosti nachal'nogo jetapa podgotovki v sportivnyh igrah. *Nauka v olimpijskom sporte*. 1, 22-25.

Loboda, V. S. (2013). *Kompleksne formuvannja elementiv tehniki i ruhovih jakostej u junih tenisistiv na etapi pochatkovoї pidgotovki*. (Doctoral dissertation). Harkiv, Ukraïna.

Ljah, V. I. (2006). *Koordinacionnye sposobnosti: diagnostika i razvitie*. M. : TVT Divizion.

Kozak, A. M. (2012). Optymizacija procesu pidgotovky junyh tenisystiv na pochatkovomu etapi shljahom zastosuvannja programy mini-tenis. *Materialy mizhnarodnoi' naukovo-praktychnoi' konferencii' «Fizychna kul'tura i zdorov'ja ljudyny: istorija, s'ogodennja, majbutnje»*, 297-302.

Kozak, A. (2015). Systema kontrolju j ocinjuvannja koordynacijnyh zdibnostej tenisystiv 5–6 rokiv. *Sportyvna nauka Ukrai'ny*. 4(68), 56-62.

Filin, V. P. & Fomin, N. A. (1980). *Osnovy junosheskogo sporta*. Moskva : Fizkul'tura i sport.

Barrell, M. (2013). Do you get me? Strategies to create learning in tennis 10S. *Coaching & sport science review. ITF*, Issue 60. 17-18.

Farrel P. & Merlin van de Braam (2015). Developing co-ordination for under 10 players. *Coaching & sport science review. ITF*. Issue 65, 24-25.

**Відомості про авторів / Information about the Authors**

Гращенкова Жанна Вікторівна: *к.пед.н., доцент; Харківська державна академія фізичної культури: Клочківська 99, Харків,61058, Україна*.

Гращенкова Жанна Викторовна: *к. пед.н., доцент; Харьковская государственная академия физической культуры: ул. Клочковская 99, 61058, Украина.*

Grashchenkova Zhanna Viktorivna: PhD (pedagogical): *Kharkiv State Academy of Physical Culture: Klochkivska str. 99, Kharkiv, 61058, Ukraine.*

orsid.org/0000-0002-9372-9890

E-mail: zhannet444margo@gmail.com

Градусов Володимир Олексійович: *к.пед.н., доцент; Харківська державна академія фізичної культури: Клочківська 99, Харків,61058, Україна.*

Градусов Владимир Алексеевич: *к.пед.н., доцент; Харьковская государственная академия физической культуры: ул. Клочковская 99, 61058, Украина*.

Gradusov Volodymir Oleksijovich: PhD (pedagogical); Kharkiv State Academy of Physical Culture: Klochkivska str. 99, Kharkiv, 61058, Ukraine.

orsid.org/0000-0001-8892-0896

E-mail: zhannet444margo@gmail.com

Камбур Надія Олександрівна: *Харківська державна академія фізичної культури: Клочківська 99, Харків,61058, Україна*.

Камбур Надежда Александровна: *Харьковская государственная академия физической культуры: ул. Клочковская 99, 61058, Украина.*

Kambur Hope: *Kharkiv State Academy of Physical Culture: Klochkivska str. 99, Kharkiv, 61058, Ukraine.*

orsid.org/0000-0002-4144-7584

E-mail: n.kambur@ukr.net

УДК 796.31/32:796.077.5
ISSN (Ukrainian ed. Online) 2523-4161
**2019, №3(13), 22–33**
**doi: 10.15391/si.2019-3.03**

# Розвиток студентського спорту у НУФВСУ (на прикладі спортивних ігор)

Кропивницька Т. А., Серебряков О. Ю., Хома Т. В., Семенов Д. Є.
*Національний університет фізичного виховання і спорту України*

***Анотація.*** *Студентський спорт є важливою складовою поза навчальної роботи закладу вищої освіти, про що свідчать численні дослідження. Вітчизняні науковці здебільшого розглядають такі питання як: історичні, організаційні, нормативно-правові, кадрові аспекти розвитку, проблеми та перспективні напрями наукових розробок, результати участі вітчизняних спортсменів на Всесвітніх універсіадах. Іноземні фахівці переважно вивчають мотивацію молоді до занять спортом у межах закладів вищої освіти. Використовуючи загально-наукові методи (аналіз; синтез; узагальнення; спостереження; порівняння; систематизація; анкетування; бесіда; математична статистика) визначені організаційні засади функціонування студентського спорту у Національному університеті фізичного виховання і спорту України (далі – НУФВСУ), встановлено домінування ігрових видів спорту у програмах студентських змагань; досліджена мотивація студентів-представників ігрових видів спорту до занять спортом, що дозволило визначити шляхи підвищення ефективності розвитку студентського спорту у НУФВСУ. Перспективними напрямами поліпшення спортивної роботи у НУФВСУ можуть стати: організаційний, інформаційний, матеріально-технічний.*

**Ключові слова:** *спорт; студенти; університет; спортивні ігри; змагання.*

**Вступ.** Студентський спорт на міжнародному рівні має сторічну історію існування. У 1919 році створена Міжнародна конфедерація студентів. Під егідою цієї організації за ініціативи французького діяча Жана Петіжана – соратника П'єра де Кубертена – у 1923 році в Парижі відбулися перші Всесвітні ігри студентів (Bell, 2003; Fisu History).

У сучасному суспільстві студентський спорт не втратив своєї актуальності. Сьогодні Універсіади мають патронат МОК та збирають раз на два роки понад 7 тисяч спортсменів із майже 150 країн світу (Fisu History). Для успішного виступу на цих змаганнях кожна країна використовує власні підходи до розвитку студентського спорту.

Аналіз наукових досліджень, присвячених вивченню цієї складової спорту, засвідчив, що більшість вітчизняних фахівців основну увагу приділяють історичним (Войнаровский, 2012; Степанюк, 2003; 2006), організаційним (Павленко, 2017), нормативно-правовим (Мельник, 2016; Мельник, & Пітин, 2015d), кадровим (Мельник, 2016; Мельник & Пітин, 2015b) аспектам її розвитку, значенню у сучасному суспільстві (Латенко, & Копочинська, 2015; Степанюк, 2003; 2006), проблемам та перспективним напрямам наукових розробок (Вакарчук, 2008; Мельник, & Пітин, 2015a; 2015c), результатам участі вітчизняних спортсменів на Всесвітніх універсіадах (Войнаровський, & Войнаровська, Н. 2012b).

Закордонні науковці сьогодні більшу увагу спрямовують на мотивацію молоді до занять спортом в освітніх закладах (Roberts, Reeves, & Ryrie, 2015; St Quinton, & Brunton, 2018). З огляду на соціальну значущість студентського спортивного руху, актуальність цієї тематики серед наукової спільноти, вбачаємо за доцільне дослідження стану залучення студентів до рухової активності в межах закладу вищої освіти (на прикладі Національного університету фізичного виховання і спорту України, далі – НУФВСУ).

© Кропивницька Т. А., Серебряков О. Ю., Хома Т. В., Семенов Д. Є.

**Зв'язок дослідження з науковими чи практичними завданнями, планами, програмами.** Дослідження виконується згідно Плану НДР НУФВСУ на 2016 – 2020 рр. за темами «Сучасний неолімпійський спорт: європейський та вітчизняний контекст» (номер державної реєстрації 0119U100412) та «Удосконалення змагальної діяльності кваліфікованих спортсменів у спортивних іграх» (№ державної реєстрації 0116U001628).

**Мета дослідження** – удосконалення засад розвитку студентського спорту у закладі вищої освіти.

**Завдання дослідження.**

1. Визначити організаційні засади функціонування студентського спорту у НУФВСУ.
2. Визначити вміст ігрових видів спорту у програмах студентських змагань.
3. Дослідити мотивацію студентів до заняття спортом у межах ЗВО.
4. Визначити шляхи підвищення ефективності розвитку студентського спорту у НУФВСУ.

**Методи дослідження:** аналіз (в тому числі літературних джерел та інформації мережі Інтернет);синтез; узагальнення; спостереження; порівняння; систематизація; анкетування; бесіда; математична статистика.

В анкетуванні прийняли участь 213 студентів НУФВСУ 1-4 курсів.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Відповідно до Закону «Про фізичну культуру і спорт» (стаття 14) у закладах вищої освіти (ЗВО) можуть створюватися Центри студентського спорту задля створення умов для поєднання навчання у ЗВО та підготовки студентів, зокрема, до участі у чемпіонатах Європи та світу серед студентів з видів спорту, визнаних в Україні, Всесвітніх універсіадах (Закон України «Про фізичну культуру і спорт»). Центри студентського спорту ЗВО повинні створюватися та діяти відповідно до Положення про центр студентського спорту ЗВО (далі – Положення), яке розроблено Комітетом фізичного виховання та спорту МОН України (Положення про центр студентського спорту закладу вищої освіти (проект)), пройшов обговорення серед фахівців сфери та має бути затвердженим Кабінетом Міністрів України. Аналіз проекту Положення свідчить про спрямування цього документу на забезпечення розвитку резервного спорту та спорту вищих досягнень. Наявність широкої мережі студентських змагань в Україні та за її межами активізує керівництво ЗВО до залучення у склад студентів молодь, яка демонструє високі спортивні результати.

Ситуація, що склалася з фізичним вихованням у ЗВО (відсутність у стандартах підготовки фахівців компетентності, що передбачає збереження здоров’я студентської молоді на основі використання різних видів та форм рухової активності, отже виключення дисципліни «Фізичне виховання» з переліку обов’язкових предметів), спонукало Комітет фізичного виховання та спорту МОН України розробити у 2018 р. Стратегію розвитку фізичного виховання та спорту серед студентської молоді до 2025 року (Стратегія розвитку фізичного виховання та спорту серед студентської молоді до 2025 року (проект)). Цей документ спрямований в першу чергу на створення умов для підвищення рівня залучення студентської молоді до оздоровчої рухової активності, спорту та здорового способу життя.

Вищезазначені документи, як і така структура, як Центр студентського спорту більше стосується ЗВО, непрофільних для сфери фізичної культури і спорту. Подібні Центри мають бути створені на базі кафедр фізичного виховання. Комітет з фізичного виховання та спорту МОН України задля стимулювання розвитку студентського спорту впровадив рейтинг ЗВО за показниками результатів участі у змаганнях всіх рівнів за участі студентів. Крім того, успішні виступи студентів на міжнародних змаганнях враховуються при акредитації ЗВО.

У фізкультурних ЗВО через значний ресурс студентів, які активно займаються

спортом і є суттєвим потенціалом для збірних команд країни, завжди створювалися умови для поєднання освітнього та тренувального процесу.

Координує спортивну роботу у НУФВСУ відділ спорту вищих досягнень, який підпорядковується проректору з науково-педагогічної роботи (рис.1).

Рис. 1 Структура управління студентським спортом у НУФВСУ

Основні функції відділу можна згрупувати за трьома напрямами: 1) нормативний, 2) організаційний та 3) інформаційний. У межах першого напряму відділ спорту вищих досягнень розробляє та впроваджує у роботу вишу низку документів (календар спортивно-масових заходів університету, рейтинг кафедр та студентів університету, накази тощо).

Другий напрям пов'язаний з організацією та проведенням змагань у НУФВСУ; створенням належних умов для поєднання освітнього й тренувального процесу студентів НУФВСУ та їх участі у змаганнях різного рівня.

Щодо третього напряму, то він пов'язаний з висвітленням спортивних подій за участі студентів НУФВСУ у ЗМІ та сайті університету, соціальних мережах.

З метою створення належних умов для поєднання освітнього та тренувального процесу студенти можуть бути переведені на індивідуальний графік навчання. Навчання студентів в університеті за індивідуальним графіком здійснюється на денній формі навчання відповідно до Положення про організацію освітнього процесу у Національному університеті фізичного виховання і спорту України та Положення про переведення студентів високого рівня спортивної кваліфікації на навчання за індивідуальним графіком та організацію навчального процесу для таких студентів у Національному університеті фізичного виховання і спорту України. Індивідуальний графік надається окремо на навчальний рік перспективним спортсменам та спортсменам високої кваліфікації. Контингент студентів, які навчаються за індивідуальним графіком, формується у кількості не більше 10 % від загальної кількості студентів денної форми навчання (табл. 1).

*Таблиця 1*

**Кількість студентів, які навчаються у НУФВСУ за індивідуальним графіком**

| **Навчальний рік** | 2016-2017 | 2017-2018 | 2018-2019 |
|---|---|---|---|
| **Кількість студентів, осіб** | 154 | 184 | 202 |

Щорічне збільшення кількісних показників студентів індивідуального графіку пов’язане із зростанням загальної чисельності студентів в університеті. Для переведення студентів на індивідуальний графік навчання, затверджується конкурсна комісія, що у своїй роботі керується такими критеріями, як

успішність навчання, результати участі в офіційних змаганнях. У разі невиконання індивідуального графіку навчання та/або зниження результатів участі у змаганнях може бути прийняте рішення про виключення студента зі складу осіб, які навчаються за індивідуальним графіком.

Тренувальний процес решти студентів НУФВСУ може відбуватися: 1) у спортивних клубах (в університеті або за його межами); 2) на заняттях з дисципліни за вибором «Практикум зі спортивного удосконалення» в обраному виді спорту; 3) на заняттях з підвищення спортивної майстерності студентів.

У НУФВСУ розвинений студентський спорт всіх рівнів: від університетського до міжнародного (рис. 2).

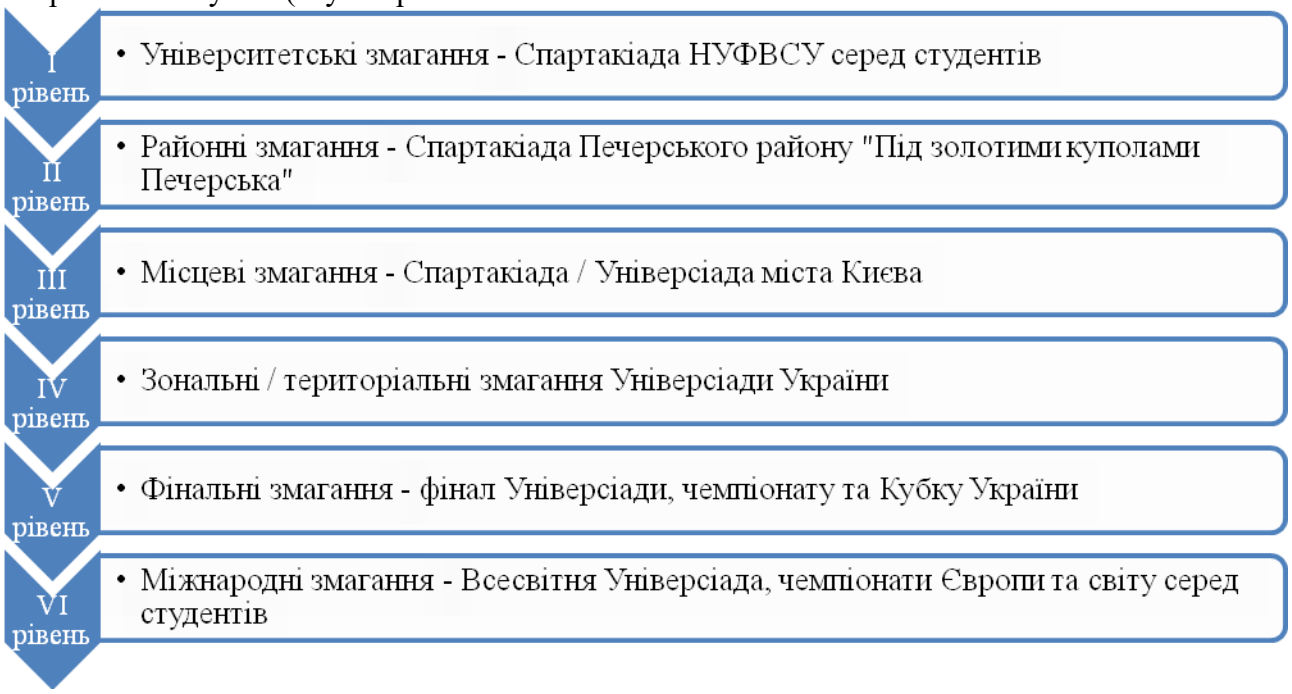



Рис. 2. Система студентських змагань в Україні

За результатами участі у Спартакіаді НУФВСУ кращі студенти формують збірну університету задля виступів на Спартакіаді Печерського району. Далі з району відбираються до участі у місцевих змаганнях. Після місцевих змагань збірна НУФВСУ може підсилитись спортсменами з команд міста Києва та взяти участь у зональних, а потім й фінальних змаганнях. Крім того, кожні 2 роки проходить Універсіада України, а також щороку чемпіонат або Кубок України серед студентів.

Аналіз програм цих змагань дозволив встановити суттєву різницю за кількістю видів спорту. Частка ігрових видів в них коливається від 28 до 78 % від загальної кількості видів спорту у програмі змагань.

У Спартакіаді НУФВСУ студенти змагаються з 9 видів спорту: бадмінтон, баскетбол, волейбол, легка атлетика, плавання, теніс настільний, футзал, шахи, шашки. Тобто 78% видів спорту – ігрові.

Спартакіада Печерського району майже співпадає за програмою зі Спартакіадою НУФВСУ, за виключенням легкої атлетики та шашок, які тут не представлені, проте проводяться змагання зі стрільби. Таким чином, 67 % програми формують ігрові види спорту.

До програми міських змагань входять 19 видів спорту (серед них 42 % – це ігрові види): бадмінтон, баскетбол, баскетбол 3х3, бокс, боротьба вільна, боротьба греко-римська, боротьба самбо, плавання, волейбол, волейбол пляжний, дзюдо, легка атлетика, теніс настільний, футбол, футзал, гирьовий спорт, черліденг, ВСЗ «Снайпер столиці», ВСЗ «Захисник України».

Програма Універсіади України 2019 року налічує 14 олімпійських видів спорту: дзюдо, плавання, гімнастика спортивна,

гімнастика художня, регбі-7, футбол, легка атлетика, волейбол, теніс, теніс настільний, тхеквондо ВТФ, стрільба з лука, фехтування, баскетбол. У програмі майже 43 % ігрових видів спорту.

Найчисленніша програма чемпіонату України серед студентів. Вона сьогодні налічує 46 видів спорту, серед яких олімпійські і неолімпійські види: армспорт, бадмінтон, баскетбол, баскетбол 3х3, більярдний спорт, бокс, боротьба Кураш, боротьба вільна, боротьба греко-римська, боротьба самбо, важка атлетика, веслування академічне, веслування на байдарках і каное, веслування на човнах «Дракон», волейбол, гирьовий спорт за правилами ФГСУ, гирьовий спорт за правилами СГСУ, гольф, карате, кікбоксинг WAKO, кікбоксинг WPKA, кікбоксинг ВТКА, козацький двобій, панкратіон, пауерліфтинг, перетягування канату, пляжний гандбол, пляжний футбол, регбіліг, рукопашний бій, спортивна аеробіка, скелелазіння, спортивні танці, спортивний туризм, таеквон-до ІТФ, таїландський бокс Муей Тай, танцювальний спорт, футбол, футзал, хортинг, черліденг, шахи, шашки, лижне двоборство, лижні гонки, стрибки на лижах з трампліну. У відсотковому значенні кількість ігрових видів спорту тут найменша – лише 28% від загальної кількості видів спорту програми.

Остання Всесвітня літня Універсіада 2017 р. об'єднала у програмі 21 вид спорту, з яких 9 – ігрових, що становить 43 % програми.

Збірні НУФВСУ активно беруть участь у всіх вищезазначених змаганнях та багатьох видах програм. У чемпіонаті України серед студентів 2018 року збірні НУФВСУ взяли участь у 19 видах спорту (становить 41% програми). У 2019 році планується участь у 23 видах спорту (50 % програми). НУФВСУ абсолютний чемпіон XIII літньої Універсіади України 2017 року. Традиційно посідає перше місце у міських та районних змаганнях.

Слід зазначити, що студенти НУФВСУ є учасниками не лише студентського спорту, а й спорту вищих досягнень. Збірні команди НУФВСУ з волейболу (чоловіча протягом трьох останніх років, жіноча – двох) беруть участь у чемпіонаті України з волейболу (вища та перша ліги). Планується створення та участь у чемпіонатах України команд з гандболу (чоловіки) та баскетболу (жін., чол.).

З огляду на значну кількість та популярність ігрових видів спорту, що представлені у програмах студентських національних та міжнародних комплексних змагань, проведено опитування студентів 1–4 курсів НУФВСУ, які навчаються на спеціалізаціях з ігрових видів спорту (футбол, волейбол, хокей з шайбою, баскетбол, регбі, теніс настільний, теніс, гандбол, гольф, бейсбол). Головна мета анкетування – виявити стан залучення, мотивацію молоді до занять спортом під час навчання в університеті. Кількість опитаних – 213 осіб, що становить 44 % від загальної кількості студентів, що навчаються на цих спеціалізаціях. Студенти різних курсів пропорційно представлені у вибірці: I курс – 61 особа, II курс – 59 осіб, III курс – 43 особи, IV – 50 осіб.

Майже всі опитані студенти (98%) мали бажання займатися спортивною діяльністю під час вступу до університету. Проте встановлено тенденцію зменшення кількості студентів, які займаються спортом, особливо після першого року навчання (рис. 3). У середньому 30 % опитаних студентів грають у командах НУФВСУ. Майже у половини тих, хто активно займається спортом, не виникають проблеми з навчанням: 69 % студентів першого курсу, 43% студентів другого курсу, 52 % – третього та 33,5 % – четвертого, зазначили про це. Вважаємо, що зменшення відсоткового значення у студентів старших курсів у порівнянні з першокурсниками пов'язано не стільки із заняттям спортом, скільки з працевлаштуванням і пропусками занять через роботу.

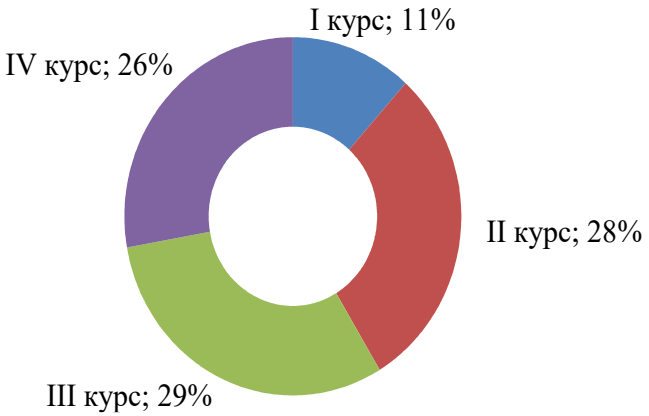



Рис. 3 Кількість студентів, які припинили заняття спортом під час навчання в університеті (відсотки)

Важливим є те, що бажання займатися спортом залишається протягом всього терміну навчання в університеті: більше у першокурсників (87,5%), менше у студенів II–IV курсів (57%, 52%, 50% відповідно).

Головним мотивом для занять спортом студенти виділили ефективну тренерську діяльність у подальшому (рис. 4). Між курсами є певна різниця у відповідях: першокурсники більше за інших бажають досягати високих результатів. У них висока частота вибору мотивів «виступати за спортивний клуб закордоном» (30,5%), «потрапити до збірної команди України» (17,5%). Проте старші курси, втрачаючи таку можливість ще на першому році навчання, переважно розглядають заняття спортом як засіб формування фахових компетентностей для тренерської діяльності.

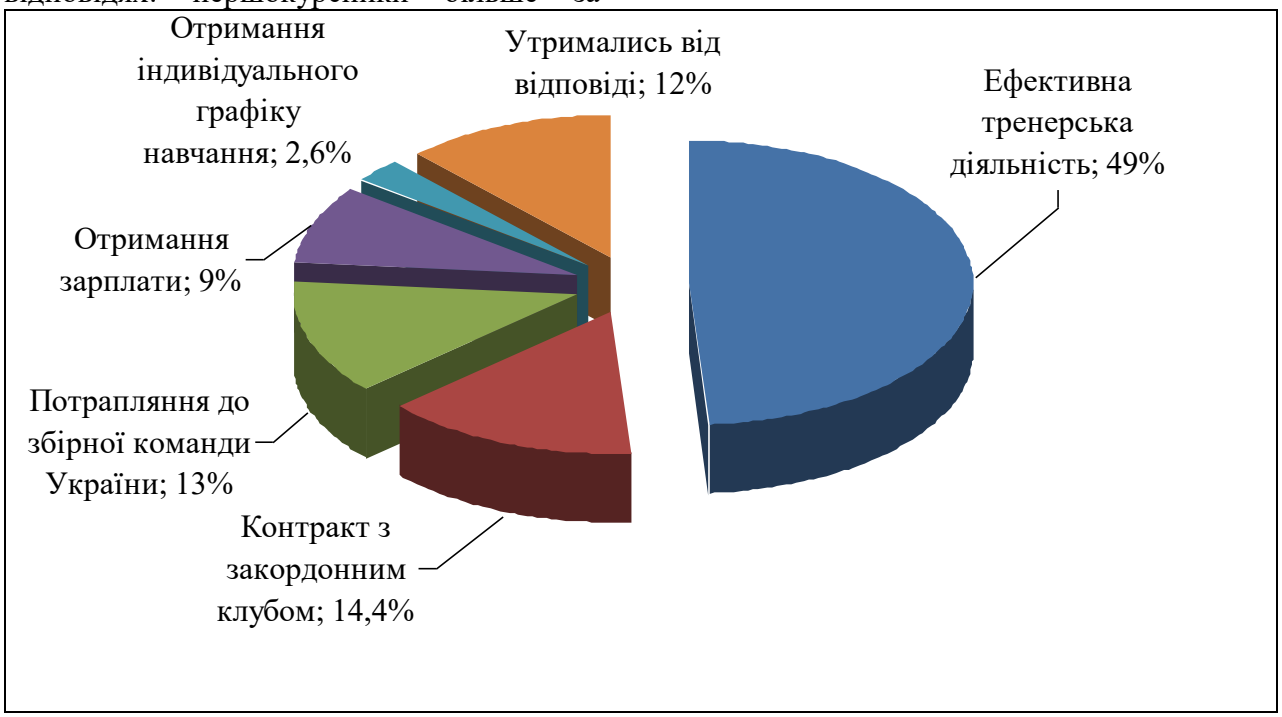



Рис. 4 Мотиви занять спортом студентів під час навчання (відсотки)

Позитивним моментом є задоволення студентів–представників ігрових видів спорту – матеріально-технічною базою НУФВСУ (57% від опитаних). В університеті функціонує два ігрових зали. Серед тих, кого не

задовольняє спортивна інфраструктура, переважно представники таких видів спорту, як гольф, хокей з шайбою, регбі (для них взагалі відсутня база), теніс настільний (столи для тренувань виставляються у фойє актової зали і прибираються щодня після тренування, покриття підлоги та її стан не відповідає вимогам).

Щодо створення інших умов для занять спортом (оптимальне поєднання навчання і тренувальної діяльності, критерії відбору у команди, кількість змагань), у середньому половина респондентів їх оцінює позитивно (рис. 5).

Прослідковується тенденція збільшення ступеня незадоволення студентів умовами поєднання навчання і тренувальної діяльності у ЗВО з першого по четвертий курс ($\bar{x}$ = 6%; $\bar{x}$ = 17,5%; $\bar{x}$ = 33,5%; $\bar{x}$ = 35% відповідно).

На питання «Чи бажаєте відвідувати секції з інших видів спорту?» більше половини студентів відповіли схвально ($\bar{x}$ = 63%). Кількість бажаючих зростає з кожним роком навчання (I курс – 51%, II – 66,5%, III – 73,5% від опитаних). Тільки на четвертому курсі студенти менше за попередні роки навчання прагнуть цього ($\bar{x}$ = 60,5%), що обумовлено орієнтацією їх на подальшу діяльність вже за межами університету.

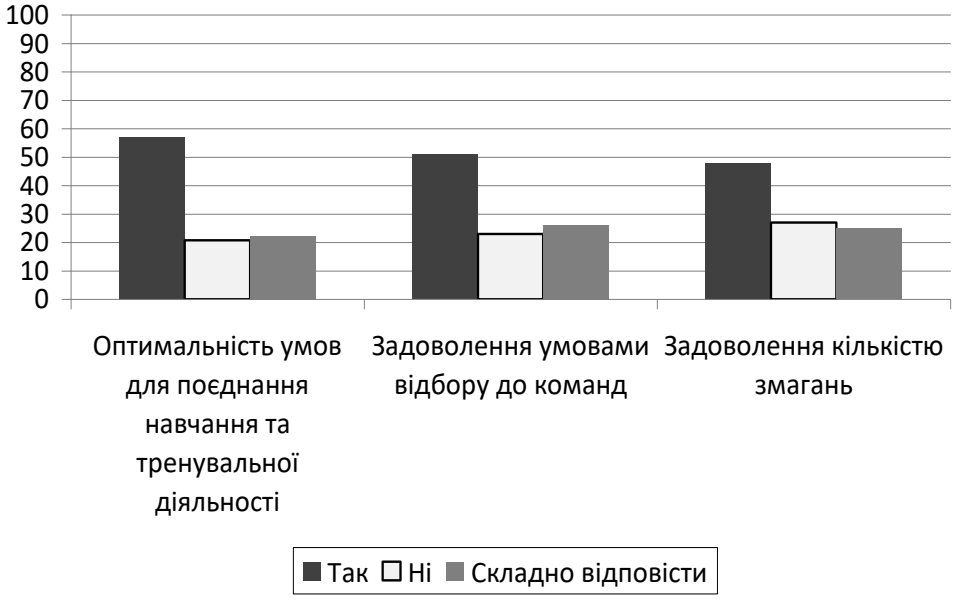



Рис. 5 Ступінь задоволеності умовами занять спортом на базі НУФВСУ (на думку студентів, n = 213) (відсотки)

Студенти мали можливість в межах анкетування висловити своє бачення щодо шляхів підвищення ефективності студентського спорту в університеті та створення оптимальних умов для його поєднання з навчанням. До найпоширеніших з них слід віднести:

1) впровадження секцій з різних видів спорту для відвідування після академічних занять;
2) забезпечення тренувального процесу не тільки для збірних команд НУФВСУ, а бажаючих до них потрапити;
3) розширення практичного компоненту аудиторної роботи, спрямованої на покращення спортивних навичок студентів;
4) збільшення кількості спортивних заходів у НУФВСУ;
5) збільшення тривалості навчання студентів індивідуального графіка;
6) відкриття ланч-зони в університеті для організації харчування;
7) оновлення спортивної матеріально-технічної бази університету та гуртожитку, спортивного інвентарю;

8) створення студентських ліг за всіма ігровими видами спорту та груп підтримки з єдиною екіпіровкою;
9) надання можливості безкоштовних відвідувань фітнес-центру, басейну;
10) перейменування відділу спорту вищих досягнень на «центр розвитку спортивної кар'єри» з розширенням напрямів його діяльності (з акцентом не лише на високі досягнення, а й на рекреаційний спорт);
11) активізація інформаційної підтримки розвитку студентського спорту у НУФВСУ.

**Висновки.** Таким чином, проведений моніторинг стану розвитку студентського спорту у НУФВСУ, бесіди та анкетування студентів дозволили зробити наступні висновки:

1. Організаційна структура управління розвитком студентського спорту в НУФВСУ включає: відділ спорту вищих досягнень, діяльність якого координується проректором з науково-педагогічної роботи. Основні функції відділу: нормативні, організаційні, інформаційні.
2. Аналіз програм студентських змагань виявив суттєву різницю за кількістю видів спорту. Встановлено домінування ігрових видів спорту в програмах спартакіад НУФВСУ (78% від загальної кількості видів спорту), Печерського району (67%); а також значна їх частка в міських змаганнях (42%), універсіадах України (43%). Це свідчить про популярність та перспективність цієї групи видів спорту серед молоді.
3. Молодь, обираючи НУФВСУ, мріє про продовження спортивної кар'єри в його стінах, не розуміючи, що головним завданням закладу вищої освіти є надання освітніх послуг. Неузгодженість в очікуваннях та реальної ситуації призводить до незадоволення навчальним та тренувальним процесами.
4. Анкетування студентів 1-4 курсів у кількості 213 осіб, які навчаються на спеціалізаціях з ігрових видів спорту, виявило наступні тенденції: зменшення показників охоплення спортивною діяльністю студентів, особливо після першого року навчання; найвищу мотивацію займатися своїм видом спорту у студентів 1 курсу; пропорційне зростання кількості бажаючих з І до 3 курсів відвідувати секції з інших видів спорту. Встановлено відмінності у мотивах студентів різних курсів до занять спортом; половина опитаних студентів задоволені матеріально-технічним забезпеченням спортивної діяльності, умовами поєднання навчання і тренувань, кількістю змагань у НУФВСУ.
5. Перспективними напрямами поліпшення спортивної роботи у НУФВСУ можуть стати: організаційний, інформаційний, матеріально-технічний.

**Конфлікт інтересів.** Автори відзначають, що не існує ніякого конфлікту інтересів.

**Джерела фінансування.** Ця стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної організації.

## СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

Вакарчук, І. О. (2008). Стан, проблеми, перспективи розвитку фізичного виховання і спорту у вузах України (концепція Міністерство освіти і науки України). *Фізичне виховання і спортивне вдосконалення студентів: сучасні іноваційні технології.* 21.

Войнаровский, А. (2012). Исторический анализ развития студенческого спорта в высших учебных заведениях Украины. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві.* 2, 7-10.

Войнаровський, А. & Войнаровська, Н. (2012). Аналіз виступів українських спортсменів на студентських Універсіадах 1993–2011 рр. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві.* 1 (17), 3-10.

*Закон України «Про фізичну культуру і спорт»*. Retrieved from: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12

Латенко, С. Б. & Копочинська, Ю. В. (2015). Студентський спорт як засіб формування життєвих цінностей молоді і розвитку здорової особистості. *Вісник Чернігівського*

*національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт*. 129 (3), 195-198.

Мельник, М. Г. (2016). *Становлення та розвиток студентського спорту України в XXI столітті.* (Doctoral dissertation). Львів, Україна. Retrieved from: http://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/5332/1/Melnyk%20M.%20H.pdf

Мельник, М. Г. & Пітин, М. П. (2015a). Проблеми розвитку студентського спорту України у XXI столітті. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт.* 129 (1), 169-172.

Мельник, М. Г. & Пітин, М. П. (2015b). Кадрове забезпечення студентського спорту України впродовж 2000-2014 років. *Науковий часопис НПУ імені МП Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт).* 11, 108-111.

Мельник, М. Г. & Пітин, М. П. (2015c). Студентський спорт: перспективи наукових досліджень. *Спортивний вісник Придніпров'я.* 3, 73-76.

Мельник, М. Г. & Пітин, М. П. (2015d). Нормативно-правове регулювання студентського спорту України. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія № 15. "Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / Фізична культура і спорт*. 10 (65)15, 105-108.

Павленко, О. (2017). Клубна форма організації занять у розвитку студентського спорту. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 4 (60), 78-85. doi:10.15391/snsv.2017-4.014

*Положення про центр студентського спорту закладу вищої освіти* (проект) Retrieved from: http://sportmon.org/wp-content/uploads/2018/10/Proekt-polozhennya-pro-TSentr-studentskogo-sportu-ZVO.doc

Степанюк, С. І. (2003). *Історико-соціальні аспекти розвитку студентського спортивного руху в Україні*. (Doctoral dissertation). Львів, Україна. 20.

Степанюк, С. І. (2006). *Студентський спортивний рух: історія, сьогодення та майбутнє*. Херсон: Видавництво ХДУ.

*Стратегія розвитку фізичного виховання та спорту серед студентської молоді до 2025 року (проект)* Retrieved from: http://studsport.com.ua/normatyvno-pravova-baza/

Bell (2003). Daniel Encyclopedia of International Games. McFarland and Company, Inc. Publishers, Jefferson, North Carolina. 590 p.

*Fisu History.* Retrieved from : https://www.fisu.net/about-fisu/fisu_history

Roberts, S., Reeves, M., & Ryrie, A. (2015). The influence of physical activity, sport and exercise motives among UK-based university students. *Journal of Further and Higher Education*. 39(4), 59-607.

St Quinton, T., & Brunton, J. A. (2018). The Identification of Salient Beliefs Concerning University Students' Decisions to Participate in Sport. *Recreational Sports Journal*. 20(XX), 1-16. https://doi.org/10.1123/rsj.2016-0037

Стаття поступила до редакції: 8.05.2019.
Опублікована: 1.06.2019.

***Аннотация. Кропивницкая Т. А., Серебряков О. Ю., Хома Т. В., Семенов Д. Е. Развитие студенческого спорта в НУФВСУ (на примере спортивных игр).*** *Студенческий спорт является важной составляющей вне учебной работы учреждения высшего образования, о чем свидетельствуют многочисленные исследования. Отечественные ученые в большинстве своем рассматривают такие вопросы как: исторические, организационные, нормативно-правовые, кадровые аспекты развития, проблемы и перспективные направления научных разработок, результаты участия украинских спортсменов на Всемирных универсиадах. Иностранные специалисты преимущественно изучают мотивацию молодежи к занятиям спортом в рамках высших учебных заведений.*

*Используя общенаучные методы (анализ; синтез; обобщение; наблюдение; сравнение; систематизация; анкетирование; беседа; математическая статистика) определены организационные основы функционирования студенческого спорта в Национальном университете физического воспитания и спорта Украины (далее – НУФВСУ), установлено доминирование игровых видов спорта в программах студенческих соревнований; исследована мотивация студентов – представителей игровых видов спорта к занятиям спортом, что позволило определить пути повышения эффективности развития студенческого спорта в НУФВСУ.*

*Перспективными направлениями улучшения спортивной работы в НУФВСУ могут стать: организационный, информационный, материально-технический.*

***Ключевые слова:*** *спорт; студенты; университет; спортивные игры; соревнования.*

***Abstract. Kropyvnytska T. A., Serebryakov O. Y., Khoma T. V., Semenov D. E. Development of student sports in NUUPES (at example of sports games).*** *Student sport is an important part of the extra-curricular work of the institution of higher education, as evidenced by numerous studies. Domestic scientists for the most part consider such issues as: historical, organizational, normative-legal, personnel aspects of scientific developments, results of participation of domestic athletes at World Universities. Foreign specialists mainly study the motivation of young people to enter sports in higher education institutions.*

*Using the general scientific methods (analysis, synthesis, generalization, observation, comparison, systematization, questioning, conversations, mathematical statistics), the organizational principles of the functioning of student sport at the National University of Ukraine on Physical Education and Sports (hereinafter – NUUPES) were determined, the domination of the game types was determined in student competitions; the motivation of students of representatives of sports games for spots was investigated.*

*The questionnaire for 1-4 courses students (n = 213) who are trained in sporting field specializations revealed the following tendencies: a decrease in the coverage of sports activities of students, especially after the first year of study; the highest motivation to engage in the sport of the first year students; a proportional increase in the number of people wishing to go from I to 3 courses to attend sections from other sports. Differences were established in the motives of students of different courses before doing sports; half of the students surveyed are satisfied with the logistical support of sports activities, the conditions for the combination of training and training, the number of competitions in NUUPES.*

*Promising ways to improve sports work at NUUPES may be: organizational, informational, logistical.*

***Keywords:*** *sports; students; university; sports games; competition.*

**Reference**

Vakarchuk, I. O. (2008). Stan, problemy, perspektyvy rozvytku fizychnogo vyhovannja i sportu u vuzah Ukrai'ny (koncepcija Ministerstva osvity i nauky Ukrai'ny). *Fizychne vyhovannja i sportyvne vdoskonalennja studentiv: suchasni innovacijni tehnologii'*. 21.

Vojnarovskij, A. (2012). Istoricheskij analiz razvitija studencheskogo sporta v vysshih uchebnyh zavedenijah Ukrainy. *Fizychne vyhovannja, sport i kul'tura zdorov'ja u suchasnomu suspil'stvi.* 2, 7-10.

Vojnarovs'kyj, A. & Vojnarovs'ka, N. (2012). Analiz vystupiv ukrai'ns'kyh sportsmeniv na students'kyh Universiadah 1993–2011 rr. *Fizychne vyhovannja, sport i kul'tura zdorov'ja u suchasnomu suspil'stvi.* 1 (17), 3-10.

*Zakon Ukrai'ny «Pro fizychnu kul'turu i sport».* Retrieved from: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12

Latenko, S. B. & Kopochyns'ka, Ju. V. (2015). Students'kyj sport jak zasib formuvannja zhyttjevyh cinnostej molodi i rozvytku zdorovoi' osobystosti. *Visnyk Chernigivs'kogo nacional'nogo pedagogichnogo universytetu. Serija: Pedagogichni nauky. Fizychne vyhovannja ta sport.* 129 (3), 195-198.

Mel'nyk, M. G. (2016). *Stanovlennja ta rozvytok students'kogo sportu Ukrai'ny v HHI stolitt.* (Doctoral dissertation). L'viv, Ukrai'na. Retrieved from: http://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/5332/1/Melnyk%20M.%20H.pdf

Mel'nyk, M. G. & Pityn, M. P. (2015a). Problemy rozvytku students'kogo sportu Ukrai'ny u HHI stolitti. *Visnyk Chernigivs'kogo nacional'nogo pedagogichnogo universytetu. Serija: Pedagogichni nauky. Fizychne vyhovannja ta sport*. 129 (1), 169-172.

Mel'nyk, M. G. & Pityn, M. P. (2015b). Kadrove zabezpechennja students'kogo sportu Ukrai'ny vprodovzh 2000-2014 rokiv. *Naukovyj chasopys NPU imeni MP Dragomanova. Serija 15: Naukovo-pedagogichni problemy fizychnoi' kul'tury (fizychna kul'tura i sport*). 11, 108-111.

Mel'nyk, M. G. & Pityn, M. P. (2015c). Students'kyj sport: perspektyvy naukovyh doslidzhen'. *Sportyvnyj visnyk Prydniprov'ja*. 3, 73-76.

Mel'nyk, M. G. & Pityn, M. P. (2015d). Normatyvno-pravove reguljuvannja students'kogo sportu Ukrai'ny. *Naukovyj chasopys Nacional'nogo pedagogichnogo universytetu imeni M.P. Dragomanova. Serija № 15. "Naukovo-pedagogichni problemy fizychnoi' kul'tury / Fizychna kul'tura i sport.* 10 (65)15, 105-108.

Pavlenko, O. (2017). Klubna forma organizacii' zanjat' u rozvytku students'kogo sportu. *Slobozhans'kyj naukovo-sportyvnyj visnyk*. 4 (60), 78-85. doi:10.15391/snsv.2017-4.014

*Polozhennja pro centr students'kogo sportu zakladu vyshhoi' osvity (proekt*) Retrieved from: http://sportmon.org/wp-content/uploads/2018/10/Proekt-polozhennya-pro-TSentr-studentskogo-sportu-ZVO.doc

Stepanjuk, S. I. (2003). *Istoryko-social'ni aspekty rozvytku students'kogo sportyvnogo ruhu v Ukrai'ni.* (Doctoral dissertation). L'viv, Ukrai'na. 20.

Stepanjuk, S. I. (2006). *Students'kyj sportyvnyj ruh: istorija, s'ogodennja ta majbutnje.* Herson: Vydavnyctvo HDU

*Strategija rozvytku fizychnogo vyhovannja ta sportu sered students'koi' molodi do 2025 roku* (proekt) Retrieved from: http://studsport.com.ua/normatyvno-pravova-baza/

Bell (2003). Daniel Encyclopedia of International Games. McFarland and Company, Inc. Publishers, Jefferson, North Carolina. 590 p.

*Fisu History.* Retrieved from : https://www.fisu.net/about-fisu/fisu_history

Roberts, S., Reeves, M., & Ryrie, A. (2015). The influence of physical activity, sport and exercise motives among UK-based university students. *Journal of Further and Higher Education*. 39(4), 59-607.

St Quinton, T., & Brunton, J. A. (2018). The Identification of Salient Beliefs Concerning University Students' Decisions to Participate in Sport. *Recreational Sports Journal*. 20(XX), 1-16. https://doi.org/10.1123/rsj.2016-0037

**Відомості про авторів / Information about the Authors**

Кропивницька Тетяна Анатоліївна: *к. фіз. вих., доцент, Національний університет фізичного виховання і спорту України: вул. Фізкультури, 1, м. Київ, 03150, Україна*

Кропивницкая Татьяна Анатольевна: *к.физ.восп., доцент, Национальный университет физического воспитания и спорта Украины: ул. Физкультуры, 1, г. Киев, 03150, Украина*

Tetiana Kropyvnytska*: PhD (Physical education and Sport), assistant professor, National University of Ukraine on Physical Education and Sports: Fizkul'turystr. 1, Kyiv, 03150,Ukraine*

https://orcid.org/0000-0003-0396-852X;

E-mail:tatyana_kropivnitskaya@ukr.net

Серебряков Олег Юрійович: *Національний університет фізичного виховання і спорту України: вул. Фізкультури, 1, м. Київ, 03150, Україна*

Серебряков Олег Юрьевич: *Национальный университет физического воспитания и спорта Украины: ул. Физкультуры 1, г. Киев, 03150, Украина.*

Serebriakov Oleh: *National University of Ukraine on Physical Education and Sports, Fizkul'tury str. 1, Kyiv, 03150, Ukraine*

http://orcid.org/0000-0002-9074-6521;
E-mail: avatar@ukr.net
Хома Тетяна Вікторівна: *Національний університет фізичного виховання і спорту України: вул. Фізкультури, 1, м.Київ, 03150, Україна*
Хома Татьяна Викторовна: *Национальный университет физического воспитания и спорта Украины: ул. Физкультуры, 1, г. Киев, 03150, Украина*
Tetiana Khoma:*National University of Ukraine on Physical Education and Sports: Fizkul'turystr. 1, Kyiv, 03150, Ukraine*
https://orcid.org/0000-0002-9861-0741
E-mail: taniakhoma2018@gmail.com
Семенов Дмитро Євгенович : *Національний університет фізичного виховання і спорту України: вул. Фізкультури, 1, м.Київ, 03150, Україна*
Семенов Дмитрий Евгеньевич: *Национальный университет физического воспитания и спорта Украины: ул. Физкультуры, 1, г. Киев, 03150, Украина*
Dmytro Semenov: *National University of Ukraine on Physical Education and Sports: Fizkul'turystr. 1, Kyiv, 03150, Ukraine*
https://orcid.org/0000-0001-7954-4809
E-mail:keeperds@gmail.com

УДК: 79-055+796.077.5

ISSN (Ukrainian ed. Online) 2523-4161
2019, №3(13), 34–40
doi: 10.15391/si.2019-3.04

# Рівень здатності до відтворення заданої амплітуди рухів та часових проміжків студентів, які спеціалізуються у спортивних іграх

Несен О. О., Пащенко Н. О.

*Харківська державна академія фізичної культури*

**Анотація.** ***Мета дослідження*** *– визначити здатність до відтворення заданих часових відрізків та амплітуди рухів у студентів, які спеціалізуються у спортивних іграх в залежності від статі спортсменів.* ***Матеріал та методи дослідження.*** *У дослідженні брали участь спортсмени-ігровики віком 17-18 років, які займаються спортивними іграми на рівні любительського спорту. Кількість осіб, що приймали участь у дослідженні складала 40 спортсменів, серед них 20 юнаків та 20 дівчат. Аналіз наукових та методичних джерел дозволив встановити рівень вивченості проблеми. Педагогічне тестування полягало у дослідженні здатності спортсменів до відтворення заданих амплітуд рухів та часових інтервалів. Для аналізу отриманої інформації використовувалась пакет програми Microsoft Excel, достовірність у розбіжностях встановлювалась на базі розрахунку критерію Ст'юдента, при p<0,05.* ***Результати****. При відтворенні певних амплітуд руху у ліктьовому суглобі у 20% випадків юнаки виконували завдання точно без помилок, у 36,67% - збільшували визначений кут та у 43,33% - зменшували його. Дівчата частіше помилялись у бік збільшення необхідного кута відтворення – 64,17% випадків, менше помилялись у бік зменшення необхідного кута – 15% випадків, та майже однаково із хлопцями виконували завдання без помилок – 20,8% випадків. Досліджуючи здатність спортсменів відтворювати визначені проміжки часу було встановлено, що юнаки в середньому на 8,6% помиляються при відтворенні часового інтервалу у 5 с та на 14,4% при відтворенні часового інтервалу у 15 с. Дівчата помиляються при відтворенні малих проміжків часу на 7,4%, при більш тривалих (15 с) інтервалах на 13,5%.* ***Висновки.*** *Встановлено, що у хлопців здатність відтворювати маленькі амплітуди достовірно вище робочою (правою) рукою (p <0,05). Між результатами виконання тесту у хлопців та дівчат достовірної відмінності встановлено не було, як при маленьких, середніх так і великих кутах відтворення (p >0,05). Встановлено відсутність достовірності у відмінностях між показниками юнаків та дівчат, як у відтворенні малих (5 с) так і більш тривалих (15 с) проміжків часу (p >0,05). Натомість встановлено достовірно більша точність відчуття малих проміжків часу аніж більш тривалих (p <0,05), як у юнаків так і у дівчат.*

***Ключові слова:*** *ігровики; відчуття часу; відтворення; кути; амплітуда.*

**Вступ.** Сучасні спортивні ігри вимагають виконання різноманітних дій та прийомів гравцями в ігрових умовах, що постійно змінюються (Помещикова, А. В. Євтушенко, & І. М. Євтушенко, 2012; Несен, & Червона, 2018). Оскільки змагальні дії спортсменів у спортивних іграх підпорядковуються правилам змагань, які визначають наявність певного обмеженого простору та часу на виконання визначених дій (Несен, Помещикова, Червона, & Пащенко, 2017; Несен, Пащенко, & Марченко, 2018) то взаємозв'язок між здатністю ігровиків до відчуття та відтворення просторово-часових параметрів рухів буде одним із факторів успіху їх ігрової діяльності.

Дана гіпотеза підтверджується результатами багатьох досліджень (Дудін 2005; Бойчук, 2012; Моісеєнко, Ширяєва, 2016; Pomeshchikova, Ruban, .... Perevoznyk, 2018). Враховуючи, що всі дії під час ігор виконуються у певному просторі та часі, то вивчення здатності спортсменів орієнтуватися у просторових та часових величинах рухів є однією із необхідних складових процесу корегування тренувального процесу.

Так, Моісеєнко О. К., Ширяєва І. В.

©Несен О. О., Пащенко Н. О.

наголошують на існуванні певного зв'язку між показниками здібностей баскетболістів до точного аналізу рухів та здібністю швидкого оволодіння рухами спортсменами (Моісеєнко, & Ширяєва, 2016).

Бойчук Р. І. зазначає, що високий рівень розвитку координаційних здібностей (серед яких він відокремлює відчуття простору, часу, партнера, м'яча, сітки), досягнутий на початкових етапах спортивного тренування, є важливим фактором оптимізації кондиційної і технічної підготовки, висококваліфікованих спортсменів який дозволяє запобігти застою в рості результатів, робить змагальні рухи економними, варіативними та різноманітними і в кінцевому рахунку більш ефективними (Бойчук, 2009). У подальших своїх роботах автор вказує на те, що для юних волейболісток 10-11 років такі здібності як точна оцінка та відмірювання просторових параметрів рухів, просторова орієнтація, кінестетичні відчуття, просторова точність рухів, точність диференціації амплітуд відіграють значущу роль у факторній структурі підготовленості (Бойчук, 2012). Автор також відзначає, що із віком внесок цих здібностей у факторну структуру збільшується.

Корягіна Ю. В. наводить данні за якими структура часових та просторових властивостей спортсменів залежить від їх спортивної спеціалізації. Як вказує автор, у баскетболістів та волейболістів основним фактором успішності у грі є упізнання швидкості рухів, сприйняття часових інтервалів, час простої сенсомоторної реакції на світло та час реакції вибору а також сприйняття просторових величин (Корягіна, 2006).

Здібність до відчуття просторово-часових параметрів руху досліджувалася і в інших спортивних іграх (Дудін, 2005; Поліщук, 2005). Однак інформація щодо рівня здатності до відтворення заданих амплітуд рухів та часових проміжків спортсменів-любителів у студентському віці, на нашу думку, є не достатньою.

**Зв'язок дослідження з науковими програмами, планами, темами**. Дослідження проводилося відповідно теми плану НДР Харківської державної академії фізичної культури «Психосенсорна регуляція рухової діяльності спортсменів ситуаційних видів спорту» на 2016–2020 рр. та «Удосконалення навчально-тренувального процесу в спортивних іграх» на 2019-2023 рр.

**Мета дослідження** – визначити здатність до відтворення заданих часових відрізків та амплітуди рухів у студентів, які спеціалізуються у спортивних іграх в залежності від статі спортсменів.

**Завдання дослідження:**

1. Проаналізувати науково-методичні джерела з питання ролі відчуття часу та простору для спортсменів в ігровій діяльності.
2. Встановити точність відтворення заданих кутів рухів у спортсменів різної статі.
3. Визначити точність відтворення заданих часових проміжків у спортсменів різної статі.
4. Порівняти отримані дані юнаків та дівчат.

**Матеріал та методи дослідження.** У дослідженні брали участь спортсмени-ігровики віком 17-18 років, які займаються спортивними іграми на рівні любительського спорту. Кількість осіб, що приймали участь у дослідженні складала 40 спортсменів, серед них 20 юнаків та 20 дівчат. Всі студенти мали за робочу руку праву.

Аналіз наукової та методичної літератури був спрямований на вивчення особливостей ігрової діяльності спортсменів-ігровиків, яка ставить певні вимоги до здатності спортсменів орієнтуватися у просторі; на вивчення особливостей сприйняття просторових величин спортсменами різних вікових груп та спеціалізацій. Педагогічне тестування полягало у дослідженні здатності спортсменів до відтворення заданих амплітуд рухів та часових інтервалів. Тест на визначення точності заданих амплітуд виконувався у положенні сидячи; спершу спортсмену надавалась спроба відтворити

задану амплітуду (30˚, 50˚ та 70˚) руху у ліктьовому суглобі із зоровим контролем, після чого слідувало виконання вправи без зорового контролю. Фіксувалася помилка із вказуванням зменшення або збільшення заданої амплітуди. Тест на відтворення заданого (5 с та 15 с) проміжку часу передбачав відтворення цього часового діапазону спортсменом спершу дивлячись на секундомір, потім без зорового контролю. Фіксувалася помилка із вказуванням зменшення або збільшення заданого часу. Для аналізу отриманої інформації використовувалась пакет програми Microsoft Excel, достовірність у розбіжностях встановлювалась на базі розрахунку критерію Ст'юдента, при $p<0,05$.

**Результати дослідження**. В таблиці 1 наведені результати тестування здатності до відтворення заданих амплітуд рухів у ліктьових суглобах у положенні сидячи у спортсменів-любителів, які спеціалізуються у спортивних іграх.

*Таблиця 1*

**Відтворення заданої амплітуди рухів спортсменами різної статі**

| Руки спортсменів | | Ліва | | | Права | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Юнаки | | | | | | | |
| Кути відтворення амплітуди | | 30˚ | 50˚ | 70˚ | 30˚ | 50˚ | 70˚ |
| Середня помилка за модулем, ˚ | | 4,33 | 3,75 | 3,75 | 2,42 | 3,50 | 4,42 |
| Середня помилка при збільшенні кута, ˚ | | 5,00 | 7,5 | 4,25 | 3,75 | 3,3 | 4 |
| Середня помилка при зменшенні кута,˚ | | 5,6 | 5,25 | 4,66 | 3,5 | 4 | 5,62 |
| Кількість спортсменів, що виконали завдання: | без помилок | 3 | 6 | 3 | 4 | 4 | 4 |
| | збільшили кут | 12 | 7 | 7 | 8 | 6 | 4 |
| | зменшили кут | 5 | 7 | 10 | 8 | 10 | 12 |
| Дівчата | | | | | | | |
| Середня помилка за модулем, ˚ | | 3,18 | 3,09 | 1,91 | 2,73 | 3,18 | 3,55 |
| Середня помилка при збільшенні кута, ˚ | | 3,50 | 5,33 | 4,60 | 3,77 | 3,50 | 3,30 |
| Середня помилка при зменшенні кута,˚ | | - | 2,00 | 2,66 | - | 3,50 | 5,75 |
| Кількість спортсменів, що виконали завдання: | без помилок | 3 | 6 | 5 | 4 | 3 | 4 |
| | збільшили кут | 17 | 12 | 10 | 16 | 12 | 10 |
| | зменшили кут | 0 | 2 | 5 | 0 | 5 | 6 |

За нашими даними у 20% випадків юнаки виконували завдання точно без помилок, у 36,67% - збільшували визначений кут та у 43,33% – зменшували його.

Дівчата же частіше помилялись у бік збільшення необхідного куту відтворення – 64,17% випадків, менше помилялись у бік зменшення необхідного куту – 15%, та майже однаково із хлопцями виконували завдання без помилок – 20,8% випадків.

Порівнюючи точність відтворення заданих амплітуд рухів у ліктьовому суглобі юнаків та дівчат правою та лівою руками видно (табл. 2), що дівчата мають більш розвинену здатність міжм'язової координації (відсутня достовірна різниця

при відтворенні маленьких (t=0,38, при p>0,05), середніх (t=0,07, при p>0,05) та великих кутів (t=1,32, при p>0,05) правою та лівою руками).

У хлопців здатність відтворювати маленькі амплітуди достовірно вище у робочій (правій) руці (t=2,03, при p<0,05). Відтворювання же середніх та великих кутів не має достовірної відмінності між правою та лівою руками (t=0,32 та 0,43 при p>0,05 відповідно).

Між результатами виконання тесту у хлопців та дівчат достовірної відмінності не було встановлено як при маленьких, середніх так і великих кутах відтворення (p>0,05).

*Таблиця 2*

**Відтворення заданих амплітуд рухів спортсменів-любителів в залежності від руки, що виконувала завдання (градуси)**

| Кути відтворення амплітуди (градуси) | Ліва рука | Права рука | t | p |
|---|---|---|---|---|
| Юнаки | | | | |
| 30 | 4,33 | 2,42 | 2,03 | <0,05 |
| 50 | 3,75 | 3,50 | 0,32 | >0,05 |
| 70 | 3,75 | 4,42 | 0,43 | |
| Дівчата | | | | |
| 30 | 3,18 | 2,73 | 0,38 | >0,05 |
| 50 | 3,09 | 3,18 | 0,07 | |
| 70 | 1,91 | 3,55 | 1,32 | |

Досліджуючи здатність спортсменів відтворювати визначені проміжки часу було встановлено (табл.3), що юнаки в середньому на 8,6% помиляються при відтворенні часового інтервалу у 5 с та на 14,4% при відтворенні часового інтервалу у 15 с. Дівчата помиляються при відтворенні малих проміжків часу на 7,4%, при більш тривалих (15 с) інтервалах на 13,5%.

*Таблиця 3*

**Відтворення заданих часових проміжків спортсменами, що спеціалізуються у спортивних іграх (с)**

| Стать спортсменів | юнаки | | дівчата | |
|---|---|---|---|---|
| Часовий інтервал, с | 5 | 15 | 5 | 15 |
| Середня помилка, с | 0,43 | 2,16 | 0,37 | 2,03 |
| Середня помилка при збільшенні часового відрізку, с | 0,34 | 3,12 | 0,06 | 0,74 |
| Середня помилка при зменшенні часового відрізку, с | 0,06 | 1,47 | 0,32 | 2,82 |

Порівнюючи відчуття часу спортсменами-любителями, які спеціалізуються у спортивних іграх не було встановлено достовірності у відмінностях між показниками юнаків та дівчат як у відтворенні малих (5 с) так і більш тривалих (15 с) проміжків часу (p >0,05). Натомість встановлено достовірно більша точність відчуття малих проміжків часу аніж більш тривалих (p<0,05) як у юнаків так і у дівчат.

**Висновки:** 1. Доповнення інформації щодо особливостей просторово-часових сприйняттів спортсменів у спортивних іграх залишається актуальним напрямом наукових досліджень.

2. Відтворення малих амплітуд юнаками достовірно точніше робочою рукою (p <0,05). У дівчат не встановлено достовірності у відмінностях у відповідності до цього критерію (p >0,05).

3. Встановлено відсутність достовірності у відмінностях між показниками юнаків та дівчат як у відтворенні малих (5 с) так і більш тривалих (15 с) проміжків часу (p >0,05). Натомість встановлено достовірно більша

точність відчуття малих проміжків часу аніж більш тривалих (p <0,05) як у юнаків так і у дівчат.

**Перспектива подальших досліджень.** Подальші дослідження будуть спрямовані на вивчення інших сторін координаційної підготовленості спортсменів-ігровиків.

**Конфлікт інтересів.** Автори відзначають, що не існує ніякого конфлікту інтересів.

**Джерела фінансування.** Ця стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної організації.

## СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

Бойчук, Р. І. (2009). Координаційні здібності юних волейболісток та методика їх розвитку на етапі початкової підготовки. *Молода спортивна наука України*. 1, 42-47.

Бойчук, Р. І. (2012). *Розвиток координаційних здібностей юних волейболісток на етапі початкової підготовки.* (Doctoral dissertation). Київ, Україна.

Дудін, М. П. & Кропивницька, Т. А. (2005). Модельні характеристики просторово-часової точності гандболістів віком 15-18 років. *Олімпійський спорт і спорт для всіх: IX Міжнар.наук.конгрес, 20-23 вересня 2005 р. тези доп*.

Корягина, Ю. В. (2006). *Восприятие времени и пространства в спортивной деятельности*. Москва : Теория и практика физической культуры и спорта.

Моісеєнко, О. К. & Ширяєва, І. В. (2016). Теоретичні та методологічні особливості розвитку координаційних здібностей юних баскетболістів. *XVI Міжнародна науково-практична конференція: Фізична культура, спорт та здоров'я*. 158-162.

Несен, О. О., & Червона, С. П. (2018). *Гандбол. Теорія та методика*. Харків: ХДАФК.

Несен, О. О., Помещикова, І. П., Червона, С. П. & Пащенко, Н. О. (2017). Зміни фізичної підготовленості гандболісток 9–10 років під впливом участі у збільшеній кількості змагань протягом року. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 6, 64-68. doi:10.15391/snsv.2017-6.013

Несен, О. О., Пащенко, Н. О. & Марченко, К. О. (2018). Показники ігрової діяльності у баскетболі 3х3. *Спортивні ігри*, 3(9), 58–65. https://doi.org/10.5281/zenodo.1254042.

Поліщук, Л. В. (2005). *Комплексна оцінка просторово-часових параметрів рухів тенісистів високої кваліфікації*. (Doctoral dissertation). Київ, Україна.

Помещикова, І. П., Євтушенко, А. В. & Євтушенко І. М. (2012). Рівень просторової орієнтації баскетболісток 14 років. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 3, 106-109.

Романенко, В. А. (2005). *Диагностика двигательных способностей*. Донецк: ДонНУ.

Irina Pomeshchikova, Larysa Ruban, Olena Nesen, Maksym Mishyn, Irina Shaposhnykova, Svitlana Korsun, Natalia Boychenko & Vladimir Perevoznyk (2018). Influence of peripheral vision indicators on the efficiency of 15-year-old basketball players' game actions. *Sport Science. International scientific journal of kinesiology*. 75-82.

Стаття поступила до редакції: 13.05.2019.
Опублікована: 1.06.2019.

***Аннотация**. **Несен Е. А., Пащенко Н. А. Уровень способности к воспроизведению заданных амплитуды движения и временных промежутков у студентов, специализирующихся в спортивных играх**. **Цель исследования** - определить способность к воспроизведению заданных временных отрезков и амплитуды движения у студентов, специализирующихся в спортивных играх в зависимости от пола спортсменов. **Материал и методы исследования**. В исследовании принимали участие спортсмены-игровики в возрасте 17-18 лет, которые занимаются спортивными играми на уровне любительского спорта. Количество спортсменов, принимавших участие в исследовании составляла 40 человек, среди них 20 юношей и 20 девушек. Анализ научных и методических источников позволил установить уровень изученности проблемы. Педагогическое тестирование состояло в*

*исследовании способности спортсменов к воспроизведению заданных амплитуд движений и временных интервалов. Для анализа полученной информации использовался пакет программы Microsoft Excel, достоверность в различиях устанавливалась на базе расчета критерия Стьюдента, при p<0,05.* ***Результаты.*** *При воспроизведении определенных амплитуд движения в локтевом суставе в 20% случаев юноши выполняли задания точно без ошибок, в 36,67% - увеличивали определенный угол и в 43,33% - уменьшали его. Девушки же чаще ошибались в сторону увеличения необходимого угла воспроизведения - в 64,17% случаях, меньше ошибались в сторону уменьшения необходимого углу - 15% случаев, и почти одинаково с ребятами выполняли задания правильно и быстро - 20,8% случаев. Исследуя способность спортсменов воспроизводить определенные промежутки времени было установлено, что юноши в среднем на 8,6% ошибаются при воспроизведении временного интервала равного 5 с и на 14,4% - при воспроизведении временного интервала равного 15 с. Девушки ошибаются при воспроизведении малых промежутков времени на 7,4%, при более длительных (15 с) интервалах на 13,5%.* ***Выводы.*** *Установлено, что у ребят способность воспроизводить маленькие амплитуды рабочей (правой) рукой достоверно выше (p. <0,05). Между результатами выполнения теста у юношей и девушек достоверного различия не было установлено как при маленьких, средних так и больших углах воспроизведения (p >0,05). Установлено отсутствие достоверности в различиях между показателями юношей и девушек как в воспроизведении малых (5 с), так и более длительных (15 с) промежутков времени (p >0,05). Следует все же указать на достоверно большую точность ощущений малых промежутков времени чем более длительных (p<0,05) как у юношей так и у девушек.*

***Ключевые слова:*** *игровики; ощущение времени; воспроизведение; углы; амплитуда.*

**Abstract.** ***Nesen O. O., Pashchenko N. O. The level of ability to reproduce specified amplitudes of movements and time intervals in students specializing in sports****. The purpose of the study is to determine the ability to reproduce specified time intervals and amplitudes of movements by students who specializing in sports games depending on the gender of the athletes.* ***Material and methods of research****. The study involved athletes at the age of 17-18 years who are engaged in sports games at the level of amateur sports. The number of athletes who participated in the study was 40 people, among them 20 boys and 20 girls. Analysis of scientific and methodological sources allowed to establish the level of knowledge of the problem. Pedagogical testing consisted of a study of the ability of athletes to reproduce specified amplitudes of movements and time intervals. For the analysis of the information obtained, the Microsoft Excel software package was used, the accuracy of the differences was established on the basis of the calculation of the Student's criterion, with p<0.05.* ***Results.*** *When reproducing certain amplitudes of movement in the elbow joint, in 20% of cases, the young men performed the tasks exactly without errors, in 36.67% of cases they increased a certain angle and in 43.33% of cases they reduced it. Girls more often were mistaken in the direction of increasing the required angle of reproduction - in 64.17% of cases, less were wrong in reducing the required angle - 15% of cases, and almost the same with the guys performed tasks correctly - 20.8% of cases. Investigating the ability of athletes to reproduce certain periods of time, it was found that young men, on average, by 8.6% make mistakes when reproducing a time interval of 5 s and 14.4% when reproducing a time interval of 15 s. Girls make mistakes in reproducing small intervals of time by 7.4%, when reproducing longer (15 s) intervals by 13.5%.* ***Findings.*** *It has been established that the ability of male students who specialized in sport games to reproduce small amplitudes of the working (right) hand is significantly higher (p<0.05). There was no significant difference between the results of the test by boys and girls, for small, medium and large angles of reproducing (p>0.05). The absence of reliability in the differences between the indicators of boys and girls in the reproduction of small (5 s) and longer (15 s) time intervals (p >0.05) was established. However, it is necessary to point out, the reliably greater accuracy of sensations over short periods of time than longer (p<0.05) for boys and girls.*

***Keywords****: games; sense of time; reproduction; angles; amplitude.*

**Reference**

Bojchuk, R. I. (2009). Koordynacijni zdibnosti junyh volejbolistok ta metodyka i'h rozvytku na etapi pochatkovoi' pidgotovky. *Moloda sportyvna nauka Ukrai'ny*. 1, 42-47. (in Ukr.)

Boychuk, R. I. (2012). Rozvytok koordinatsiynih zdibnostey yunih voleybolistok na etapi pochatkovoyi pidgotovky. (Doctoral dissertation). Kyiv. (in Ukr.)

Dudin, M. P. & Kropivnitska, T. A. (2005). Modelni harakterystyky prostorovo-chasovoyi tochnosti gandbolistiv vikom 15-18 rokiv. *Olimpiyskiy sport i sport dlya vsih: IX Mizhnarodnyi naukovyi kongres, 20-23 veresnya 2005 roku*. Kiyiv: Olimpiyska literatura, 656. (in Ukr.)

Koryagina, Yu. V. (2006). *Vospriyatie vremeni i prostranstva v sportivnoy deyatelnosti*. *Moskv,:* Teoriya i praktika fizicheskoy kulturyi i sporta. (in Russ.)

Moiseyenko, O. K. & Shiriayeva, I. V. (2016). Teoretichni ta metodologichni osoblivosti rozvytku koordinatsiynih zdibnostey yunih basketbolistiv. *XVI Mizhnarodna naukovo-praktichna konferentsiya: Fizichna kultura, sport ta zdorov'ya*. 158-162. (in Ukr.)

Nesen, O. O., & Chervona, S. P. (2018). *Gandbol. Teoriya ta metodyka*. Harkiv, HDAFK. (in Ukr.)

Nesen, O.O., Pomeschikova, I. P., Chervona S. P. & Paschenko N. O. (2017). Zminy fizichnoyi p pidgotovlenosti gandbolistok 9–10 rokiv pid vplyvom uchasti u zbilsheniy kilkosti zmagan protyagom roku. *Slobozhanskiy naukovo-sportyvniy visnyk*, 6, 64-68. doi:10.15391/snsv.2017-6.013

Nesen O. O., Paschenko N. O. & Marchenko K.O. (2018). Pokaznyky igrovoyi diyalnosti u basketboli 3x3. *Sportivni igry*, 3(9), 58–65. https://doi.org/10.5281/zenodo.1254042.

Polischuk, L. V. (2005). Kompleksna otsinka prostorovo-chasovih parametriv ruhiv tenisystiv vysokoyi kvalifikatsiyi. (Doctoral dissertation). Kyiv. (in Ukr.)

Pomeschikova, I. P., Yevtushenko, A. V. & Yevtushenko I. M. (2012). Riven prostorovoyi orieyentatsiyi basketbolystok 14 rokyv. *Pedagogyka, psyhologiya ta medyko-biologichni problemy fizichnogo vihovannya i sportu*. 3, 106-109. (in Ukr.)

Romanenko V. A. (2005). Diagnostika dvigatelnyh sposobnostey. *Donetsk*, DonNU. (in Russ.)

Irina Pomeshchikova, Larysa Ruban, Olena Nesen, Maksym Mishyn, Irina Shaposhnykova, Svitlana Korsun, Natalia Boychenko & Vladimir Perevoznyk (2018). Influence of peripheral vision indicators on the efficiency of 15-year-old basketball players' game actions. *Sport Science. International scientific journal of kinesiology*. 75-82.

**Відомості про авторів / Information about the Authors**

Несен Олена Олександрівна: *к.фіз. вих.; Харківська державна академія фізичної культури: вул. Клочківська 99, Харків, 61058, Україна.*

Несен Елена Александровна: *к. физ. восп.; Харьковская государственная академия физической культуры: ул. Клочковская 99, г. Харьков, 61058, Украина.*

Olena Nesen: *PhD (physical education and sport); Kharkiv State Academy of Physical Culture: Klochkivska str. 99, Kharkiv, 61058, Ukraine.*

orcid.org/0000-0002-7473-6673

E-mail: helena.nesen@gmail.com

Пащенко Наталія Олександрівна: *Харківська державна академія фізичної культури: вул. Клочківська 99, Харків, 61058, Україна.*

Пащенко Наталия Александровна: *Харьковская государственная академия физической культуры; ул. Клочковская 99, 61022, г. Харьков, Украина.*

Nataliya Pashchenko: *Kharkiv State Academy of Physical Culture: Klochkivska str. 99, Kharkiv, 61058, Ukraine.*

orcid.org/0000-0003-3219-9248

E-mail: yulyashechkapashenko1@mail.ru

УДК [796.323.2:796.015.136]004-053.6

**ISSN (Ukrainian ed. Online) 2523-4161**
**2019, №3(13), 41–48**
**doi: 10.15391/si.2019-3.05**

# Вдосконалення тактичної підготовки юних баскетболістів 14-16 років засобами інформаційних технологій

Помещикова І. П., Філенко Л. В.
*Харківська державна академія фізичної культури*

**Анотація.** *У статті розглянуті результати впровадження комп'ютерної програми з моделювання тактичних дій у навчально-тренувальний процес юних баскетболістів (n=24).* ***Мета:*** *підвищити рівень володіння тактичними комбінаціями у юних баскетболістів 14-16 років засобами комп'ютерних навчальних програм.* ***Методи****: теоретичний аналіз та узагальнення літературних джерел; методи інформаційного моделювання; контрольні тести та випробування; методи математичної статистики.* ***Результати****: представлена динаміка змін показників тактичної підготовленості спортсменів 14-16 років протягом тренувального мезоциклу.* ***Висновки****: встановлено достовірний приріст досліджуваних показників (p<0,05).*

**Ключові слова:** *баскетбол; спортсмен; програма; комп'ютер; тактика, моделювання.*

**Вступ.** Досягнення максимальних результатів у будь-якому виді спорту можливо за умови раціонального використання засобів управління підготовкою спортсменів. Процес вдосконалення підготовленості спортсменів тісно пов'язаний з пошуком найбільш ефективних шляхів організації тренувального процесу. Одним з перспективних напрямів вирішення цієї проблеми є розробка та впровадження комп'ютерних технологій під час тренувальних занять, які базуються на сучасних досягненнях обчислювальної техніки. Це пов'язано, в першу чергу, з розвитком інноваційних технологій, які сприяють необхідності змін в організації тренувального процесу (Ажиппо, & Дорофєєва, 2007; Філенко, 2016; Філенко, & Горбатенко, 2008; Філенко, & Несен, 2018).

В даний час потреба у використанні аудіовізуальних інформаційних технологій в навчально-тренувальному процесі баскетболістів достатня висока, навчальних комп'ютерних програм в розпорядженні тренерів катастрофічно мало, а особливо таких, що стосуються навчання тактиці баскетболу. Найбільш цікаві розробки запропоновані у дослідженнях Ашаніна В. С., Помещикової І. П., Помещикова С. С. (Ашанин, Помещикова, & Помещиков, 2009) та Бовкуна М. С., Філенко Л. В. (Бовкун, & Філенко, 2015).

Тактика ж дає можливість команді в залежності від конкретного суперника і в різні моменти змагання вибрати і використовувати найбільш доцільні засоби, способи і форми ведення гри. Команда, яка складається з окремо дуже сильних гравців, які не вміють грамотно взаємодіяти з партнерами, рідко може досягти перемоги над кваліфікованими супротивниками.

Успіх баскетбольної команди багато в чому залежить від володіння основами тактики гри та арсеналу техніко-тактичних дій. Загальновідомо, що ефективні системи гри базуються, як на індивідуальних діях кожного гравця, так і взаємодіях гравців (Кудімов, 2003; Помещикова, Кадигроб, Коваль, & Мальцева, 2016; Помещикова, & Харченко, 2017; Pomeschikova, Yevtushenko, & Yevtushenko, 2012). Використання інформаційних технологій при підготовці спортсменів є вагомим чинником успішності. Дослідження Козіної Ж. Л. та інших авторів свідчать про необхідність інформатизації спортивної галузі та застосування комп'ютерних моделей при підготовці баскетболістів, їх безпосередній вплив на спортивний результат, успішність виступу

© Помещикова І. П., Філенко Л. В.

команди (Козина, 2007; Козіна, Блудов, Григорьев, & Єрмакова, 2007; Zhanneta, K., Irina, S., Tatyana, B., Olena, R., Olena, L., & Anna, I. 2015).

Тому використання комп'ютерних програм, які навчають командним взаємодій і впровадження її в навчально-тренувальний процес юних баскетболістів, на наш погляд є актуальною.

**Зв'язок дослідження з науковими програмами, планами, темами**. Дослідження проводилося відповідно теми плану НДР Харківської державної академії фізичної культури «Удосконалення навчально-тренувального процесу в спортивних іграх» на 2019-2023 рр.

**Мета дослідження:** підвищити рівень володіння тактичними комбінаціями у юних баскетболістів 14-16 років засобами комп'ютерних навчальних програм.

**Завдання дослідження:**

1. Проаналізувати можливості використання інформаційних технологій при тактичній підготовці в баскетболі.
2. Дослідити вплив комп'ютерних моделей на рівень тактичної підготовленості юних баскетболістів.

**Методи дослідження**: теоретичний аналіз та узагальнення літературних джерел; методи інформаційного моделювання; контрольні тести та випробування; методи математичної статистики.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Для встановлення показників рівня техніко-тактичної підготовленості юних баскетболістів на початку дослідження був проведений комплекс контрольних вправ, результати яких представлені в таблиці 1.

Оцінювання показників тактичної підготовленості у юних баскетболістів відбувалася за шкалою оцінки володіння схемою нападу та шкалою оцінки ефективного використання командою комбінації у грі, які були розроблені Помещиковою І. П. та Помещиковим С. С. (Ашанин, Помещикова, & Помещиков, 2009).

Аналізуючи показники середніх значень, моди і медіани, можна говорити, що найбільш високий і стабільний рівень виконання комбінації вісімки, зонного пресингу та пресингу по всій площадці. Виконати пас в одну сторону, а заслін в іншу змогли тільки в 5,7% випробувань: з усіх виконаних кидків змогли потрапити тільки 17 разів. Більше 52% спортсменів не змогли вірно виконати жодну з контрольних вправ, більше двох правильно виконаних комбінацій одним і тим же спортсменом не спостерігається.

Таблиця 1.

**Статистичний аналіз даних показників рівня тактичної підготовленості юних баскетболістів на початку дослідження (n=24)**

| № | Показник (оцінка за 5-ти бальною шкалою) | $\bar{X} \pm m$ | σ | Mo | Me | Max | Min |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1. | Комбінація вісімка (бали) | 3,67±0,19 | 0,76 | 4 | 4 | 4 | 2 |
| 2. | Пас в одну, заслін в іншу (бали) | 3,00±0,25 | 1,29 | 3 | 2 | 4 | 1 |
| 3. | Швидкий прорив 2 проти 1 (бали) | 3,33±0,26 | 0,68 | 3 | 3 | 4 | 1 |
| 4. | Зонний пресинг (бали) | 3,20±0,32 | 1,59 | 3 | 3 | 3 | 1 |
| 5. | Захист зони на 2х3 (бали) | 3,13±0,26 | 1,50 | 3 | 2 | 4 | 2 |
| 6. | Взаємодія з переднім центром (бали) | 3,60±0,30 | 1,28 | 3 | 4 | 3 | 1 |
| 7. | Випускання на заслоні після вкидання (бали) | 2,87±0,28 | 1,01 | 2 | 2 | 3 | 1 |
| 8. | Пресинг по всій площадці (бали) | 3,33±0,24 | 0,64 | 3 | 3 | 3 | 2 |

Це говорить про дуже низький рівень володіння тактичними елементами в баскетболі спортсменами, тобто діти мають тільки загальне уявлення про даному виді спорту, виконанням подібних елементів в рухливих іграх та естафетах.

Представлені результати, які вимірювалися за 5-ти бальною шкалою, свідчать про низький рівень тактичної підготовленості досліджуваних на первинному етапі дослідження.

Тактичний рівень підготовки

оцінювався виконанням елементів з напарником і супротивником. Отримані результати статистичного аналізу первинних даних свідчать про велику варіативності вибору рішень тактичних завдань. Тобто, хтось із спортсменів бачив тільки один спосіб забрати м'яч у супротивника, а інший спортсмен зміг виконати цю вправу в п'яти різних варіаціях.

Уміння орієнтуватися на майданчику, що оцінюється тренером по 5-ти бальною шкалою на високому рівні не було продемонстровано спортсменами, хоча низьких оцінок 1 і 0 не зареєстровано також. Це пояснюється лояльністю тренера і суб'єктивністю даної методики, а також проявом спортсменами гнучкості і лабільності мислення, швидкістю перемикання реакції на пересування супротивника.

Отримані результати свідчать про дуже велику варіативність за вибіркою, відсутністю нормального розподілу і низьким рівнем володіння техніко-тактичними елементами. Це дає можливість використовувати як традиційні методи і засоби тактичної підготовки спортсменів, так і інноваційні розробки.

Впровадження комп'ютерної програми моделювання тактичних дій у навчально-тренувальний процес юних баскетболістів тривало протягом лютого та березня 2019 року, впроваджувалася запропонована інноваційна програма підготовки юних баскетболістів, заснована на комп'ютерному моделюванні тактичних комбінацій. Після закінчення дослідження проводилися тестування тактичної підготовленості юних спортсменів (табл. 2).

Таким чином, представлені показники тактичної підготовленості юних баскетболістів свідчать про достовірний приріст змін протягом тренувального мезоциклу (рис. 1).

*Таблиця 2.*

**Динаміка змін тактичних показників юних баскетболістів (n=24) під впливом використання комп'ютерної програми**

| № | Показник (оцінка за 5-ти бальною шкалою) | $\overline{X} \pm m$ I етап дослідження | $\overline{X} \pm m$ II етап дослідження | t | P(t) |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. | Комбінація вісімка (бали) | 3,67±0,19 | 4,47±0,36 | 2,89 | <0,01 |
| 2. | Пас в одну, заслін в іншу (бали) | 3,00±0,25 | 3,87±0,41 | 2,54 | <0,05 |
| 3. | Швидкий прорив 2 проти 1 (бали) | 3,33±0,26 | 3,93±0,29 | 2,48 | <0,05 |
| 4. | Зонний пресинг (бали) | 3,20±0,32 | 3,67±0,35 | 2,34 | <0,05 |
| 5. | Захист зони 2х3 (бали) | 3,13±0,26 | 4,33±0,30 | 2,78 | <0,01 |
| 6. | Взаємодія з переднім центром (бали) | 3,60±0,30 | 4,40±0,30 | 2,52 | <0,05 |
| 7. | Випускання на заслоні після вкидання (бали) | 2,87±0,28 | 3,93±0,21 | 2,92 | <0,01 |
| 8. | Пресинг по всій площадці (бали) | 3,33±0,24 | 4,13±0,32 | 2,39 | <0,05 |

* t-граничне значення для ступенів свободи (k = 22) дорівнює 2,08 при p< 0,05.

Наскільки ці зміни були обумовлені використанням інформаційних технологій у підготовці спортсменів можливо виявити при проведенні комплексних досліджень у подальшому.

Встановлення ступеня взаємозв'язку між показниками тактичної підготовленості у досліджуваних юних баскетболістів під впливом використання інформаційних технологій дозволило визначити показники, які найбільш впливають на навчально-тренувальний процес. Проведення кореляційного аналізу було обумовлено необхідністю виділення найбільш вагомих показників у побудові тактичної підготовки в системі навчально-тренувальних занять юних баскетболістів. Отримані показники виконання тактичних елементів після впровадження комп'ютерної програми були представлені у вигляді кореляційної матриці (табл. 3).

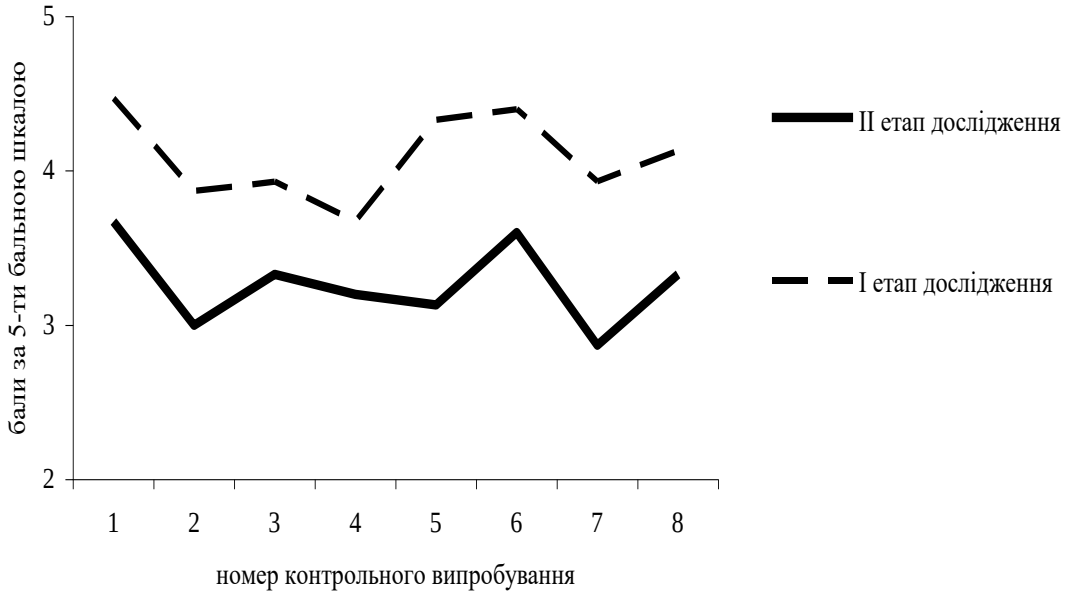



Рис. 1. Динаміка змін у показниках тактичної підготовленості юних спортсменів під впливом використання інформаційних технологій.

*Таблиця 3*

**Кореляційна матриця залежності показників тактичної підготовленості юних баскетболістів під впливом застосованих інформаційних технологій у навчально-тренувальному процесі.**

| Показники | Комбінація вісімка (бали) | Пас в одну, заслін в іншу (бали) | Швидкий прорив 2 проти 1 (бали) | Зонний пресинг (бали) | Захист зоною 2х3 (бали) | Взаємодія з переднім центром (бали) | Випускання на після заслону при вкиданні (бали) | Пресинг по всій площадці (бали) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Комбінація вісімка (бали) | 1 | | | | | | | |
| Пас в одну, заслін в іншу (бали) | 0,37 | 1 | | | | | | |
| Швидкий прорив 2 проти 1 (бали) | 0,42 | 041 | 1 | | | | | |
| Зонний пресинг (бали) | 0,38 | 0,39 | 0,27 | 1 | | | | |
| Захист зони 2х3 (бали) | 0,34 | 0,27 | 0,40 | 0,18 | 1 | | | |
| Взаємодія з переднім центром (бали) | 0,27 | 0,18 | 0,40 | 0,58 | 0,33 | 1 | | |
| Випускання після заслону при вкидання (бали) | 0,22 | 0,36 | 0,43 | 0,17 | 0,36 | 0,28 | 1 | |
| Пресинг по всій площадці (бали) | 0,32 | 0,44 | 0,21 | 0,38 | 0,12 | 0,37 | 0,15 | 1 |

* для n = 24 при критичному значенні $r \geq 0,35$, $p<0,05$; $r \geq 0,46$, $p<0,01$.

Одним із факторів, що стабільно впливає на формування досліджуваних показників є виконання пресингу: по всій площадці (r=0,39; p<0,05), зонний (r=0,38; p<0,05) і захист концентрованою зоною (r=0,57; p<0,01) взаємодія з переднім центром (r=0,40; p<0,05), швидкий прорив (r=0,42; p<0,05), випускання після вкидання заслону (r=0,43; p<0,05). Взаємозв'язок швидкого прориву 2 проти 1 з пасом в одну сторону, а заслоном в іншу пояснюється схожістю рухових дій при виконанні даних вправ і свідчить про необхідність застосування даної вправи не тільки при тактичній підготовці юних баскетболістів, але й при формуванні спеціальної підготовленості.

На виконання пресингу і захисту зоною достовірно впливає виконання комбінації вісімка (p<0,05). Отримані результати свідчать про необхідність застосування тактичних елементів та вправ з їх освоєння при подальшій підготовці юних баскетболістів.

При виконанні вправ, пов'язаних зі швидкісним переміщенням по майданчику, встановлений взаємозв'язок на рівні p<0,05. Бігові вправи на короткі дистанції, розвиваючі швидкість, є одним із засобів підготовки в баскетболі, але більш значущими є ті вправи, які спрямовані на розвиток спритності.

**Висновки.** При проведенні дослідження була виявлена динаміка змін у показниках тактичної підготовленості юних баскетболістів під впливом використання інформаційних технологій. Отримані результати свідчать про достовірний приріст у результативності виконання всіх досліджуваних тактичних елементів та комбінацій при виконанні контрольних випробувань після використання комп'ютерної програми моделювання тактичних дій на рівні p<0,05 (пас в одну сторону, заслін в іншу; швидкий прорив 2 проти 1; зонний пресинг; взаємодія з переднім центром; пресинг по всій площадці) та на рівні p<0,01 (комбінація вісімки; захист зони 2х3; випускання на заслоні після вкидання).

Встановлені наявні тісні взаємозв'язки між всіма досліджуваними показниками тактичної підготовленості юних баскетболістів. Найбільш впливовими виявлені залежності між виконання вправ на пресинг та швидкісними і біговими комбінаціями. Отримані результати кореляційного аналізу свідчать про необхідність застосування тактичних елементів та вправ з їх освоєння при подальшій підготовці юних баскетболістів.

**Перспективи подальших досліджень** полягають у розробці мобільних додатків з фіксації та аналізу розвитку тактичних дій під час змагальної діяльності юних баскетболістів, а також впровадження інформаційних технологій у навчально-тренувальний процес студентських та молодіжних команд.

**Конфлікт інтересів**. Автори відзначають, що не існує ніякого конфлікту інтересів.

**Джерела фінансування**. Ця стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної організації.

**СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ**:

Ажиппо, О. Ю., & Дорофєєва, Т. І. (2007). Використовування комп'ютерних технологій в системі педагогічного контролю у спорті. *Теорія та методика фізичного виховання.* 11, 3-6.

Ашанин, В. С., Помещикова, И. П., & Помещиков, С. С. (2009). Аудиовизуальная информационная программа, как средство обучения командным тактическим действиям в баскетболе. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 1, 167-171.

Бовкун, М. С., & Філенко, Л. В. (2015). Вдосконалення тактичної підготовки юних баскетболістів 14-16 років засобами інформаційних технологій. *Матеріали II Всеукраїнської студентської наукової Інтернет-конференції (у рамках XV Міжнародної науково-практичної конференції «Фізична культура, спорт та здоров'я»)*, Харків, 17-19.

Козина, Ж. Л. (2007). Методы применения современных информационных технологий для активизации образного восприятия занимающимися элементов техники и тактики в спортивных играх. *Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта*, 1, 26-30.

Козіна, Ж. Л., Блудов, А., Григорьев, А., & Єрмакова, Т. (2007). Творчий аспект у застосуванні в спортивній практиці інформаційних технологій. *Слобожанський науково-спортивний вісник*, 12, 96-103.

Кудімов, В. М. (2003). Дослідження форми і параметрів траєкторії польоту м'яча при кидках у баскетболі. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 9, 52-58.

Помещикова, І., Кадигроб, Я., Коваль, М., & Мальцева, Т. (2016). Вплив рівня функцій уваги на ігрові показники баскетболістів 12–13 років. *Спортивні ігри*, 2, 44-46.

Помещикова, І. П., & Харченко, Є. С. (2017). Точність кидків м'яча в кошик баскетболістів на етапі спеціалізованої базової підготовки. *Спортивні ігри*, 2, 56-59.

Філенко, Л. В. (2016). Комп'ютерні навчальні та контролюючі програми у фізичному вихованні та спорті. *Науковий часопис. Серія 15: «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)»*, 10(80)16, 139-145.

Филенко, Л. В., & Горбатенко, Ю. И. (2008). Компьютерные обучающие программы при самостоятельной подготовке студентов высших учебных заведений физической культуры. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*, 4, 70-73.

Філенко, Л. В., & Несен, О. О. (2018). Інформатизація підготовки студентів-гандболістів засобами мультимедійної комп'ютерної програми «Гандбол». *Спортивні ігри*. 1(7), 54-61.

Pomeschikova, I., Yevtushenko, A., & Yevtushenko, I. (2012). The level of spatial orientation of basketball players aged 14 years. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*, 3, 106-109.

Zhanneta, K., Irina, S., Tatyana, B., Olena, R., Olena, L., & Anna, I. (2015). The applying of the concept of individualization in sport. *Journal of Physical Education and Sport*, 15(2), 172–177. doi:10.7752/jpes.2015.02027;

Стаття поступила до редакції: 11.05.2019.
Опублікована: 1.06.2019.

***Аннотация. Помещикова И. П., Филенко Л. В. Совершенствование тактической подготовки юных баскетболистов 14-16 лет средствами информационных технологий.*** *Процесс совершенствования подготовленности спортсменов тесно связан с поиском наиболее эффективных путей организации тренировочного процесса. Одним из перспективных направлений решения этой проблемы является разработка и внедрение компьютерных технологий во время тренировочных занятий, основанных на современных достижениях вычислительной техники. В статье рассмотрены результаты внедрения компьютерной программы моделирования тактических действий в учебно-тренировочном процессе юных баскетболистов (n=24).* ***Цель:*** *повысить уровень владения тактическими комбинациями у юных баскетболистов 14-16 лет средствами компьютерных обучающих программ.* ***Методы:*** *теоретический анализ и обобщение литературных источников; методы информационного моделирования; контрольные тесты и испытания; методы математической статистики.* ***Результаты:*** *представлена динамика изменений показателей тактической подготовленности спортсменов 14-16 лет на протяжении тренировочного мезоцикла. Полученные результаты свидетельствуют о достоверном прирост в результативности выполнения всех исследуемых тактических элементов и комбинаций при выполнении контрольных испытаний после использования компьютерной программы моделирования тактических действий на уровне p <0,05 (пас в одну сторону, заслон в другую; быстрый прорыв 2 против*

*1; зонный прессинг; взаимодействие с передним центром; прессинг по всей площадке) и на уровне p <0,01 (комбинация восьмерки, защита зоны 2х3; выпуска на покровом после вбрасывания). Установлены имеющиеся тесные взаимосвязи между всеми исследуемыми показателями тактической подготовленности юных баскетболистов. Наиболее влиятельными обнаружены зависимости между выполнением упражнений на прессинг и скоростными и беговыми комбинациями. Полученные результаты корреляционного анализа свидетельствуют о необходимости применения тактических элементов и упражнений по их освоению при дальнейшей подготовке юных баскетболистов.*

***Выводы:** установлен достоверный прирост исследуемых показателей (p<0,05-0,01).*

***Ключевые слова**: баскетбол; спортсмен; программа; компьютер; тактика; моделирование.*

***Abstract. Pomeshchikova I. P., Filenko L. V. Improvement of tactical training of 14-16 year old young basketball players by means of information technologies.** The process of improvement of sportsmen' preparedness is closely connected with the search of the most effective ways of organization of the training process. One of the perspective directions of the solution of this problem is development and deployment of computer technologies during the trainings which are based on modern achievements of computer facilities. Results of introduction of the computer program of tactical actions modeling in the educational-training process of young basketball players (n=24) are considered in the article. **Purpose:** to increase the level of proficiency in tactical combinations at 14-16 year old young basketball players by means of the computer training programs. **Methods:** theoretical analysis and synthesis of references; methods of information modeling; control tests and tests; methods of mathematical statistics. **Results:** the dynamics of changes of tactical preparedness indicators of 14-16 year old sportsmen throughout a training mesocycle is presented. The received results testify to the reliable gain in effectiveness of performance of all studied tactical elements and combinations when performing control tests after using the computer program of tactical actions modeling at the level p<0.05 (a pass in one party, a pick in another; fast break 2 against 1; zonal pressure; interaction with the front center; pressure on all platform) and at the level p<0.01 (an eight combination, defense of zone 2x3; release on a cover after throw-in). The available close interrelations between all studied indicators of tactical preparedness of young basketball players are established. The most influential dependences between performance of exercises on pressure by both high-speed and running combinations are found. The received results of the correlation analysis testify to need of application of tactical elements and exercises on their development by further training of young basketball players. **Conclusions:** the reliable gain of the studied indicators is established (p<0.05-0.01).*

***Keywords:** basketball; sportsman; program; computer; tactics; modeling.*

**Reference**

Azhyppo, O. Ju., & Dorofjejeva, T. I. (2007). Vykorystovuvannja komp'juternyh tehnologij v systemi pedagogichnogo kontrolju u sporti. *Teorija ta metodyka fizychnogo vyhovannja*. 11, 3-6.

Ashanin, V. S., Pomeshhikova, I. P., & Pomeshhikov, S. S. (2009). Audiovizual'naja informacionnaja programma, kak sredstvo obuchenija komandnym takticheskim dejstvijam v basketbole. *Slobozhans'kyj naukovo-sportyvnyj visnyk*. 1, 167-171.

Bovkun, M. S., & Filenko, L. V. (2015). Vdoskonalennja taktychnoi' pidgotovky junyh basketbolistiv 14-16 rokiv zasobamy informacijnyh tehnologij. *Materialy II Vseukrai'ns'koi' students'koi' naukovoi' Internet-konferencii' (u ramkah XV Mizhnarodnoi' naukovo-praktychnoi' konferencii' «Fizychna kul'tura, sport ta zdorov'ja»), Harkiv*, 17-19.

Kozina, Zh. L. (2007). Metody primenenija sovremennyh informacionnyh tehnologij dlja aktivizacii obraznogo vosprijatija zanimajushhimisja jelementov tehniki i taktiki v sportivnyh igrah. *Pedagogika, psihologija i mediko-biologicheskie problemy fizicheskogo vospitanija i sporta*. 1, 26-30.

Kozina, Zh. L., Bludov, A., Grygor'ev, A., & Jermakova, T. (2007). Tvorchyj aspekt u zastosuvanni v sportyvnij praktyci informacijnyh tehnologij. *Slobozhans'kyj naukovo-sportyvnyj visnyk,* 12, 96-103.

Kudimov, V. M. (2003). Doslidzhennja formy i parametriv trajektorii' pol'otu m'jacha pry kydkah u basketboli. *Pedagogika, psyhologija ta medyko-biologichni problemy fizychnogo vyhovannja i sportu*. 9, 52-58.

Pomeshhykova, I., Kadygrob, Ja., Koval', M., & Mal'ceva, T. (2016). Vplyv rivnja funkcij uvagy na igrovi pokaznyky basketbolistiv 12–13 rokiv. *Sportivnye igry*, 2, 44-46.

Pomeshhykova, I. P., & Harchenko, Je. S. (2017). Tochnist' kydkiv m'jacha v koshyk basketbolistiv na etapi specializovanoi' bazovoi' pidgotovky. *Sportivnye igry*, 2, 56-59.

Filenko, L. V. (2016). Komp'juterni navchal'ni ta kontroljujuchi programy u fizychnomu vyhovanni ta sporti. *Naukovyj chasopys. Serija 15: «Naukovo-pedagogichni problemy fizychnoi' kul'tury (fizychna kul'tura i sport*)», 10(80)16, 139-145.

Filenko, L. V., & Gorbatenko, Ju. I. (2008). Komp'juternye obuchajushhie programmy pri samostojatel'noj podgotovke studentov vysshih uchebnyh zavedenij fizicheskoj kul'tury. *Teorija i metodyka fizychnogo vyhovannja i sportu*, 4, 70-73.

Filenko, L. V., & Nesen, O. O. (2018). Informatyzacija pidgotovky studentiv-gandbolistiv zasobamy mul'tymedijnoi' komp'juternoi' programy «Gandbol». *Sportivnye igry*. 1(7), 54-61.

Pomeschikova, I., Yevtushenko, A., & Yevtushenko, I. (2012). The level of spatial orientation of basketball players aged 14 years. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*, 3, 106-109.

Zhanneta, K., Irina, S., Tatyana, B., Olena, R., Olena, L., & Anna, I. (2015). The applying of the concept of individualization in sport. *Journal of Physical Education and Sport*, 15(2), 172–177. doi:10.7752/jpes.2015.02027;

**Відомості про авторів / Information about the Authors**

Помещикова Ірина Петрівна: *к. фіз. вих., доцент, Харківська державна академія фізичної культури: вул. Клочківська 99, Харків, 61058, Україна.*

Помещикова Ирина Петровна: *к. физ. восп., доцент, Харьковская государственная академия физической культуры; ул. Клочковская 99, 61058, г. Харьков, Украина*

Irina Pomeshchikova*: PhD (Physical education and Sport), assistant professor, Kharkiv State Academy of Physical Culture: Klochkivska str. 99, Kharkiv, 61058, Ukraine.*

http://orcid.org/0000-0003-1343-8127;

E-mail: pomeshikovaip@ukr.net

Філенко Людмила Василівна: *к. фіз. вих., доцент; Харківська державна академія фізичної культури: вул. Клочківська 99, Харків, 61058, Україна.*

Филенко Людмила Васильевна: *к.физ. восп., доцент; Харьковская государственная академия физической культуры: ул. Клочковская 99, г. Харьков, 61058, Украина.*

Ludmila Filenko: PhD (physical education and sport), *Associate Professor; Kharkiv State Academy of Physical Culture:Klochkivska str. 99, Kharkiv, 61058, Ukraine.*

http://orcid.org/0000-0001-6221-6606

E-mail: filenkolv@ukr.net

УДК 796.323.2[796.412/615.851.85]-055.2

**ISSN (Ukrainian ed. Online) 2523-4161**
**2019, №3(13), 49–55**
**doi: 10.15391/si.2019-3.06**

# Вплив вправ прикладної аеробіки і вправ з йоги на показники фізичної підготовленості баскетболісток жіночої команди БК «Таврійська зірка»

Стрикаленко Є. А.[1], Шалар О. Г.[1], Гудович В. Ю.[2], Федін Ю. М.[2]
[1]*Херсонський державний університет*
[2]*Херсонський політехнічний коледж*

***Анотація***. ***Мета***: вивчення впливу вправ прикладної аеробіки і вправ з елементами йоги на показники фізичної підготовленості баскетболісток БК «Таврійська зірка. ***Матеріал і методи дослідження***: аналіз науково-методичної літератури, педагогічне спостереження, спортивно-педагогічне тестування, педагогічний експеримент, методи математичної статистики. ***Результати***: встановлено, що використання у навчально-тренувальному процесі вправ з елементами йоги та прикладної аеробіки значно підвищило показники гнучкості хребта баскетболісток за тестом нахил вперед із положення сидячи. Приріст склав 42%. Покращення координаційних здібностей встановлено на рівні 11,4%. Відзначено незначні позитивні зміни у розвитку швидкісної витривалості та швидкісно-силових якостей, що може бути підставою щодо підбору більш специфічних фізичних засобів тренування. ***Висновки***: впровадження в тренувальні заняття баскетболісток вправ з елементами йоги та аеробіки сприяло покращенню показників гнучкості та координаційних здібностей гравців.

***Ключові слова***: баскетбол; розминка; гнучкість; координація; йога; аеробіка

**Вступ**. Сучасний рівень спортивних досягнень у баскетболі дуже високий і має явну тенденцію до подальшого зростання технічної та тактичної майстерності спортсменів, що займаються цим видом спорту. Щоб досягти рівня вищих спортивних досягнень в обраному виді спорту, а ще й перевершити його, потрібне подальше вдосконалення системи підготовки команди і гравців (Вуден, 1997; Головко, Стрикаленко, Шалар, & Хруленко, 2016; Стрикаленко, Шалар, & Денещук, 2017).

Важливо зазначити, що для досягнення максимальних результатів в у ігровій практиці необхідний прояв всіх видів підготовленості. Спостерігаються випадки коли гравець володіє технікою, але не має належних знань з тактики гри. Саме тому комплексна підготовка гравців, з урахуванням одночасно всіх видів специфічної діяльності баскетболіста дуже важлива для підвищення якості гри (Кочубей, Стрикаленко, & Шалар, 2014; Лебідь, Стрикаленко, Шалар, & Кравченко, 2016).

Як відомо тренувальне заняття складається з певних окремих частин, які вирішують поставлені перед ними завдання. Першою та однією з основних є підготовча частина тренувального заняття. Під час виконання роботи в підготовчій частині спортсмен потрібен максимально підготувати власний організм для виконання завдань основної частини тренування. Без правильної побудови підготовчої частини не можливо говорити про високу ефективність проведення тренувального заняття взагалі та основної частини зокрема. Саме тому для підвищення ефективності тренувального процесу, покращення якості засвоєння матеріалу, збільшення показників фізичної підготовленості необхідно знаходитись в постійному пошуку інноваційних, нестандартних підходів в побудові тренувального процесу (Матвеев, 1999; Платонов, 2018). Все вище зазначене підтверджує актуальність нашого дослідження.

**Метою роботи** є вивчення впливу вправ прикладної аеробіки і вправ з елементами йоги на показники фізичної підготовленості баскетболісток БК «Таврійська зірка.

**Матеріал і методи дослідження**. Для досягнення мети використовувалися

© Стрикаленко Є. А., Шалар О. Г., Гудович В. Ю., Федін Ю. М.

наступні методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, педагогічне спостереження, спортивно-педагогічне тестування, педагогічний експеримент, методи математичної статистики.

Дослідження проведено на базі жіночого баскетбольного клубу (БК) «Таврійська Зірка» м. Херсон, в якому взяли участь 12 баскетболісток.

Аналізуючи склад жіночої баскетбольної команди «Таврійська Зірка» м. Херсон, можна зазначити, що команда доволі збалансована, мала стабільний та рівноцінний склад. До стартової п'ятірки входили гравці з різних міст, які навчались баскетболу за різними методиками. Одним з ярко виражених лідерів є центровий гравець Маргарита Г. (вихованка Дніпровської школи баскетболу) (табл. 1). На її грі базується напад та захист всієї команди.

*Таблиця 1.*

**Склад жіночої баскетбольної команди БК «Таврійська Зірка»**

| Ім'я, П. | Ігровий номер | Ігрове амплуа | Зріст | Вага | Місто, у якому спортсменка навчалася грі у баскетбол |
|---|---|---|---|---|---|
| Світлана М. | 4 | Центровий | 180 | 74 | Запоріжжя |
| Ольга М. | 5 | Захисник | 170 | 53 | Херсон |
| Лілія К. | 6 | Центровий | 182 | 63 | Херсон |
| Софія П. | 7 | Захисник | 165 | 51 | Херсон |
| Валерія Г. | 8 | Захисник | 168 | 52 | Херсон |
| Лоліта С. | 9 | Нападник | 172 | 56 | Дніпро |
| Надія С. | 10 | Захисник | 164 | 52 | Дніпро |
| Дар'я Ш. | 11 | Нападник | 172 | 75 | Дніпро |
| Ірада І. | 13 | Захисник | 169 | 58 | Херсон |
| Маргарита Г. | 14 | Центровий | 188 | 80 | Дніпро |
| Сільвія К. | 15 | Нападник | 181 | 61 | Херсон |
| Катерина Т. | 23 | Нападник | 173 | 68 | Запоріжжя |

Важливу універсальну функцію виконувала нападник Лоліта С., яка завдяки майстерним кидкам з різної відстані приносила значну кількість очок та виконувала більше 3-х перехоплень за гру. В команді також виділялися гравці із сильними захисними здібностями, а саме: Катерина Т. та Надія С.

Під час проведення педагогічного експерименту на початку основної частини тренувального заняття тренери команди після загальнорозвиваючих вправ активно використовували додаткові засоби тренування. До складу додаткових засобів входили вправи з аеробіки, пілатесу, йоги та інших різних видів фітнесу.

*Комплекс вправ з елементами йоги, що застосовувалися кожного тренування під час проведення педагогічного експерименту*

1. Поза «гори». Стати прямо, плечі відведені назад, руки вільно звисають уздовж тулуба долонями всередину, ноги разом. Затриматися в цій позі на кілька

дихальних циклів (вдих – видих – це один дихальний цикл).

2. Поза «нахил вперед». З пози «гора» нахил тулуба вперед, як ніби ви складаєтеся навпіл. Пальцями рук намагатися торкнутися підлоги, при цьому коліна можна злегка зігнути, якщо важко тримати ноги прямими.

3. Поза «змії» або «кобри». Вихідне положення (В.п.) – лежачи на животі, руки перед грудьми, кисті рук дивляться вперед. З цього положення повільно випрямити руки і максимально піднімати верхню частину тулуба. Виконувати вправу таким чином, щоб відчути напругу хребта. Бути гранично обережними, не допускати травм. Дана вправа позитивно впливає на серцево-судинну і нервову системи.

4. Поза «собаки з головою, опущеною до низу». В.п. – лежачи. Пальцями рук і ніг упертись в підлогу. Потім віджатися і, пересуваючи ступні ближче до рук, підняти таз. Тіло повинно нагадувати літеру «Л». Затриматися в цьому положенні на 1-2 дихальних цикли і почати другу частину вправи. Знову відсунути стопи ніг назад, випрямляючи спину і опускаючи верхню частину тулуба.

5. Поза «стільця». В.п – стоячи, ноги дещо розставлені, руки опущені. Опуститися, як ніби сідаєте на стілець. Руки при цьому, навпаки, піднімаються вгору над головою, паралельно один одному.

*Комплекс вправ з прикладної аеробіки, що застосовувалися що застосовувалися кожного тренування під час проведення педагогічного експерименту*

1. Упор лежачи, ноги прямі. Руки розставлені трохи ширше плечей, спина повинна бути прямою. Права рука виставлена вперед і ліва нога вгору. Виконати 2-3 підходи по 8-12 разів в кожну сторону.

2. Руки зігнуті на рівні грудей, лікті в сторони. Перенести вагу тіла на праву ногу, зігнути праве коліно, ліва нога торкається носком підлоги і зберігає пряме положення. Виконати руками «жим» вниз. Переносять вагу тіла на зігнуту ліву ногу, права випрямляється в коліні і торкається носком до підлоги.

3. Ноги зігнуті в колінах, стопи разом, руки на поясі. Зробити випад правою ногою назад. Виконати руками рух розгинання вгору. Повторити рухи іншою ногою.

4. Вихідне положення: лежачи на підлозі, руки схрещені за голову, між ногами знаходиться м'яч. Необхідно підносити ноги вгору, потім – вниз, тим самим залучати до роботи великі сідничні м'язи, а також м’язи внутрішньої поверхні стегна.

5. Основна стійка, руки опущені вниз. Зробити крок правою ногою в сторону. Вагу тіла рівномірно перенести на обидві ноги. Виконати рух плечима вгору – вниз. Повернутися в початкове положення. Зробити крок лівою ногою в сторону. Вагу тіла розподілити рівномірно на обидві ноги.

Після виконання цих комплексів в залежності від поставлених завдань тренування надавалися певні бігові, стрибкові та вправи з баскетбольним м’ячем.

В дослідженні визначалися показники розвитку швидкісної витривалості за допомогою тесту біг 400 м; швидкісно-силових якостей за стрибком вгору з місця; розвиток гнучкості – за нахилом тулуба вперед з положення сидячи; статичної рівноваги – за тестом «Фламінго».

В період 2015-2016 років досліджувалися показники фізичної підготовленості баскетболісток (у серпні 2015 року – початкові показники, у березні 2016 року – фіксувалися заключні).

Прораховувався абсолютний та відсотковий приріст середніх показників фізичної підготовленості баскетболісток.

**Результати дослідження**. Результати порівняння вихідних та кінцевих даних фізичної підготовленості баскетболісток команди БК «Таврійська Зірка» представлено в таблиці 2.

При порівнянні вихідних та кінцевих даних встановлено, що після проведення педагогічного експерименту у баскетболісток значно підвищились показники гнучкості хребта за тестом нахил вперед з положення сидячи. Так, результат тесту змінився з 15 см на

початку експерименту, на 21,3 см по його звершенню. Відсоток приросту становить 42 %.

Не значно підвищився показник тесту стрибок вгору з місця. Так, приріст становив лише 1%. Зміни відбулись і при порівнянні показників швидкісної витривалості у бігу 400 м – з 103,2 с на початку дослідження, на 96,01 с по його завершенню. Приріст становив 6 %.

*Таблиця 2*

**Зміни показників фізичної підготовленості баскетболісток команди БК «Таврійська Зірка»**

| Тести | Вихідні результати | Кінцеві результати | Абсолютний приріст | Відсотковий приріст % |
|---|---|---|---|---|
| Нахил тулуба вперед з положення сидячи, см | 15 | 21,3 | 6,3 | 42 |
| Стрибок вгору з місця, см | 61,4 | 62 | 0,6 | 1 |
| Біг 400 м, с | 103,2 | 96,01 | 7,19 | 6 |
| «Фламінго», с | 46,3 | 51,6 | 5,3 | 11,4 |

В певній мірі змінились й результати тесту «Фламінго». Використання інноваційних підходів в проведенні підготовчої частини тренувального заняття дозволило збільшити середнє значення статичної рівноваги на 5,3 с, що становить покращення у 11,4 %.

Таким чином найбільший приріст спостерігався у покращенні показників розвитку гнучкості та координації. Це може бути пов’язано з тим, що основна спрямованість вправ з йоги та прикладної аеробіки була спрямована на розтягнення та надання еластичності м’язів.

**Висновки**.

1. Серед основних шляхів покращення фізичної підготовленості баскетболісток можна виділити використання неспецифічних для баскетболу засобів тренування.
2. Впровадження в тренувальний процес баскетболісток вправ з елементами йоги та аеробіки сприяло покращенню показників гнучкості та координаційних здібностей, а також позитивному настрою кваліфікованих баскетболісток.
3. Незначні позитивні зрушення у показниках розвитку швидкісної витривалості та швидкісно-силових якостей, можуть бути підставою щодо підбору більш специфічних тренувальних засобів у навчально-тренувальному процесі баскетболісток високого рівня.

**Перспективи подальших досліджень.** У перспективі планується дослідити зміни фізичної підготовленості баскетболісток після застосування у тренувальному процесі технічного спортивного обладнання та інвентарю.

**Конфлікт інтересів.** Автори відзначають, що не існує ніякого конфлікту інтересів.

**Джерела фінансування.** Ця стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної організації.

## СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

Вуден, Д. Р. (1997). *Современный баскетбол*. Москва. Физкультура и спорт.

Головко, А. М., Стрикаленко, Є. А., Шалар, О. Г. & Хруленко, І. В. (2016). Показники *техніко-тактичних дій нападників NBA. Баскетбол: історія, сучасність, перспективи : матеріали І Всеукраїнської з міжнародною участю науково-практичної інтернет конференції (м. Дніпро, 19-20 грудня)*. 129-134.

Кочубей, Ю. О., Стрикаленко, Є. А., & Шалар, О. Г. (2014). Аналіз фізичної підготовленості баскетболістів високого класу. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова*. (49) 14, 54-60.

Лебідь, Є. О., Стрикаленко, Є. А., Шалар, О. Г. & Кравченко, Є. Ю. (2016). Контроль змагальної діяльності баскетболістів європейських клубів. *Баскетбол: історія,*

*сучасність, перспективи матеріали І Всеукраїнської з міжнародною участю науково-практичної інтернет конференції (м. Дніпро, 19-20 грудня).* 159-163.

Матвеев, Л. П. (1999). *Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов*. Киев. Олимпийская литература.

Платонов, В. (2018). Структура и содержание непосредственной подготовки спортсменов высокой квалификации к главным соревнованиям. *Наука в олимпийском спорте.* 2, 17-41.

Стрикаленко, Є. А., Шалар, О. Г., & Денещук, Т. В. (2017). Особливості техніко-тактичних дій розігруючих гравців NBA різних стилів гри. *Спортивні ігри*. 1, 55-60.

Стрикаленко, Є. А., Шалар, О. Г., & Денещук, Т. В. (2018). Показники техніко-тактичних дій розігруючих гравців команд NBA. *Спортивні ігри*. 2 (8), 69-78.

Єгорова Т. А., Стрикаленко Є. А., & Шалар О. Г. (2011). Педагогічний контроль за рівнем технічної підготовленості у баскетболі. *Фізичне виховання в школах України*. 3(27). 22-26.

Стаття поступила до редакції: 8.05.2019.
Опублікована: 1.06.2019.

***Аннотация. Стрикаленко Е., Шалар О., Гудович В. Федин Ю. Влияние упражнений прикладной аэробики и упражнений из йоги на показатели физической подготовленности баскетболисток женской команды БК «ТАВРІЙСЬКА ЗІРКА».*** *Современный уровень спортивных достижений в баскетболе очень высокий и имеет явную тенденцию к дальнейшему росту технического и тактического мастерства спортсменов, занимающихся этим видом спорта. Чтобы достичь уровня высших спортивных достижений в избранном виде спорта, и превзойти его, требуется дальнейшее совершенствование системы подготовки команды и игроков.* ***Цель****: изучить влияние упражнений прикладной аэробики и упражнений с элементами йоги на показатели физической подготовленности баскетболисток БК «Таврійська зірка.* ***Материал и методы исследования****: анализ научно-методической литературы, педагогические наблюдения, спортивно-педагогическое тестирование, педагогический эксперимент, методы математической статистики.* ***Результаты****: установлено, что использование в учебно-тренировочном процессе упражнений с элементами йоги и прикладной аэробики значительно повысило показатели гибкости позвоночника баскетболисток в тесте наклон вперед из положения сидя. Прирост составил 42%. Улучшение координационных способностей установлено на уровне 11,4%. Отмечено незначительные позитивные изменения в развитии скоростной выносливости и скоростно-силовых качеств, что может служить поводом к подбору более специфичных физических средств тренировки.* ***Выводы****: введение в тренировочные занятия баскетболисток упражнений с элементами йоги и аэробики способствовало улучшению показателей гибкости и координационных способностей игроков.*

***Ключевые слова****: баскетбол; баскетболистки; гибкость; координационные способности; скоростная выносливость; скоростно-силовые качества; йога; аэробика.*

***Abstract. Strikalenko Ye., Shalar O., Gudovich V. Fedin Yu. Influence of applied aerobics exercises and yoga exercises on indicators of physical fitness of female basketball players of the women's team of BC "TAVRIYSKA ZIRKA".*** *The modern level of sporting achievements in basketball is very high and has an explicit tendency to the further growth of technical and tactical skill of the sportsmen doing this sport. To reach the level of the highest sporting achievements in the chosen sport and to exceed it, the further improvement of the system of preparation of a team and players is required.* ***Purpose:*** *to study influence of applied aerobics exercises and exercises with yoga elements on indicators of physical fitness of female basketball players of BC "Tavriyska zirka.* ***Material and methods of the research:*** *analysis of scientific and methodical literature, pedagogical observations, sports and pedagogical testing, pedagogical experiment, methods of mathematical*

*statistics.* ***Results:*** *it is established that using exercises with elements of yoga and applied aerobics in the educational and training process considerably raised indicators of flexibility of female basketball players' backbone in the test an inclination forward from a sitting position. The gain was 42%. The improvement of coordination abilities is set at the level of 11.4%. It is noted insignificant positive changes in the development of high-speed endurance and high-speed and power qualities that can be the cause of selection of more specific physical means of trainings.* ***Conclusions:*** *introduction of exercises with elements of yoga and aerobics to trainings of female basketball players promoted the improvement of indicators of flexibility and coordination abilities of players.*

***Keywords:*** *basketball; female basketball players; flexibility; coordination ability; high-speed endurance; high-speed and power qualities; yoga; aerobics.*

**Reference**

Vuden, D. R. (1997). *Sovremennyj basketbol*. Moskva. Fizkul'tura i sport

Golovko, A. M., Strykalenko, Je. A., Shalar, O. G. & Hrulenko, I. V. (2016). Pokaznyky tehniko-taktychnyh dij napadnykiv NBA. *Basketbol: istorija, suchasnist', perspektyvy : materialy I Vseukrai'ns'koi' z mizhnarodnoju uchastju naukovo-praktychnoi' internetkonferencii' (m. Dnipro, 19-20 grudnja).* 129-134.

Kochubej, Ju. O., Strykalenko, Je. A., & Shalar, O. G. (2014). Analiz fizychnoi' pidgotovlenosti basketbolistiv vysokogo klasu. *Naukovyj chasopys Nacional'nogo pedagogichnogo universytetu imeni M.P. Dragomanova.* (49) 14, 54-60.

Lebid', Je. O., Strykalenko, Je. A., Shalar, O. G. & Kravchenko, Je. Ju. (2016). Kontrol' zmagal'noi' dijal'nosti basketbolistiv jevropejs'kyh klubiv. *Basketbol: istorija, suchasnist', perspektyvy materialy I Vseukrai'ns'koi' z mizhnarodnoju uchastju naukovo-praktychnoi' internetkonferencii' (m. Dnipro, 19-20 grudnja).* 159-163.

Matveev, L. P. (1999). *Osnovy obshhej teorii sporta i sistemy podgotovki sportsmenov*. Kiev. Olimpijskaja literatura.

Platonov, V. (2018). Ctruktura i soderzhanie neposredstvennoj podgotovki sportsmenov vysokoj kvalifikacii k glavnym sorevnovanijam. *Nauka v olimpijskom sporte*. 2, 17-41.

Strykalenko, Je. A., Shalar, O. G., & Deneshhuk, T. V. (2017). Osoblyvosti tehniko-taktychnyh dij rozigrujuchyh gravciv NBA riznyh styliv gry. *Sportyvni igry*. 1, 55-60.

Strykalenko, Je. A., Shalar, O. G., & Deneshhuk, T. V. (2018). Pokaznyky tehniko-taktychnyh dij rozigrujuchyh gravciv komand NBA. *Sportyvni igry*. 2 (8), 69-78.

Jegorova T. A., Strykalenko Je. A., & Shalar O. G. (2011). Pedagogichnyj kontrol' za rivnem tehnichnoi' pidgotovlenosti u basketboli. *Fizychne vyhovannja v shkolah Ukrai'ny*. 3(27). 22-26.

**Відомості про авторів / Information about the Authors**

Стрикаленко Євгеній Андрійович: *кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент; Херсонський державний університет: вул. 40 років Жовтня, 27, м. Херсон, 73000, Україна.*

Стрикаленко Євгений Андреевич: *кандидат наук по физическому воспитанию и спорту, доцент; Херсонский государственный університет :вул. 40 лет Октября, 27, г. Херсон, 73000, Украина.*

Strikalenko Y. A.: *PhD (Physical Education and Sport), assistant professo; Kherson State University: St. 40 rokiv Zhovtnya 27, Kherson, 73000, Ukraine.*

https://orcid.org/*0000-0001-7686-8736*

E-mail: strikalenko76@gmail.com

Шалар Олег Григорович*: кандидат педагогічних наук, доцент; Херсонський державний університет: вул. 40 років Жовтня, 27, м. Херсон, 73000, Україна.*

Шалар Олег Григорьевич*: кандидат педагогических наук, доцент; Херсонский государственный университет:вул. 40 лет Октября, 27, г. Херсон, 73000, Украина.*

Oleg Shalar: *PhD (pedagogical sciences), assistant professo; Kherson State University: St. 40 rokiv Zhovtnya 27, Kherson, 73000, Ukraine.*

https://orcid.org/0000-0001-9878-5827
E-mail: shalar@ksu.ks.ua
Гудович Віталій Юрійович: *Херсонський політехнічний коледж; вул. 40 років Жовтня, 23, м. Херсон, 73000, Україна*
Гудович Виталий Юрьеович: *Херсонський политехнический коледж; вул. 40 лет Октября, 23, г. Херсон, 73000, Украина.*
Gudovych Vitaly: *Kherson Polytechnic College: St. 40 rokiv Zhovtnya 23, Kherson, 73000, Ukraine.*
https://orcid.org/0000-0002-4918-2170
E-mail: good47@ukr.net
Федін Юрій Михайлович: *Херсонський політехнічний коледж; вул. 40 років Жовтня, 23, м. Херсон, 73000, Україна*
Федин Юрий Михайлович: *Херсонський политехнический коледж; вул. 40 лет Октября, 27, г. Херсон, 73000, Украина.*
Fedin Yuri*: Kherson Polytechnic College: St. 40 rokiv Zhovtnya 23, Kherson, 73000, Ukraine.*
https://orcid.org/0000-0002-1740-260X
E-mail:: umfedin@mail.com

УДК 796.32[796.062:061/796.077.5]378.147.88

**ISSN (Ukrainian ed. Online) 2523-4161**
**2019, №3(13), 56–63**
**doi: 10.15391/si.2019-3.07**

# Вивчення думки студентів щодо результатів проходження практики за фахом (на прикладі студентів спортивних спеціалізацій ігрових видів спорту)

Червона С. П.

*Харківська державна академія фізичної культури*

***Аннотація.*** *Головна мета і зміст практики полягають в опануванні студентами сучасних засобів, методів і форм організації роботи тренера-викладача з обраного виду спорту, формуванні на базі отриманих знань, умінь і навичок необхідних для здійснення професійної діяльності, прийняття самостійних рішень, виховання постійної необхідності систематичного оновлення своїх знань та творчого потенціалу, а також реалізація його у практичній діяльності.* ***Мета дослідження*** *– вивчення думки студентів ігрових видів спорту щодо результатів проходження практики за фахом.* ***Методи дослідження.*** *Методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, анкетування, методи статистичної обробки даних. В анкетуванні прийняли участь 62 студенти 4 курсу ХДАФК ігрових спортивних спеціалізацій: теніс (10 студентів), гандбол (8 студентів), волейбол (14 студентів), баскетбол (14 студентів), футбол (16 студентів). Анкетування проводилося після проходження практики за фахом.* ***Результати дослідження****. 58,1 % студентів відзначили, що практика за фахом це їх перший крок до майбутньої професії. 42 % студентів відповіли, що атмосфера на практиці була формальною, 31 % студентів не мали труднощів під час проходження практики, 64 % студентів переконалися в правильності професійного вибору, 46 % студентів готові у подальшому продовжити свою трудову діяльність на базі практики, 48 % пропонувалося працевлаштування у якості молодого спеціаліста. Можливість закріплення знань і навичок, отриманих за увесь час навчання під час практики студенти оцінили: 38,7 % на «5», 45,2 % – на «4», 12,9 % – на «3», 3,2 % – «2». Можливість перевірки своїх професійних компетенцій: 38,7 % на «5», 38,7 % – на «4», 22,6 % – на «3». Можливість збору і підготовки практичного матеріалу для виконання кваліфікаційної роботи – 54,8 % на «5», 19,4 % – на «4», 22,6 % – на «3», 3,2 % – «2». У майбутньому 80 % опитаних студентів, які навчаються за спортивною спеціалізацією на ігрових видах спорту планують працевлаштування у якості тренера.*

***Ключові слова:*** *студенти; баскетболісти; гандболісти; футболісти; тенісисти; практика за фахом; анкетування.*

**Вступ.** Підготовка фахівців, здатних розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми, що характеризується комплексністю та невизначеністю умов, під час професійної діяльності у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання – є ціллю навчання за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт»

З метою реалізації професійних функції під час навчання у закладах вищої освіти у студентів необхідно прививати здатність до пошуку і використання необхідної інформації; виховувати високу відповідальність за результати своєї навчальної, наукової та творчої діяльності; формувати вміння застосувати на практиці отримані знання та вдосконалювати професійні навички і компетентності.

Дослідження фахівців доводять, що фундаментальна фахова підготовленість є базовою для вдалої професійної діяльності майбутніх тренерів.

Основними складниками професійної діяльності тренерів-викладачів варто вважати: фізкультурно-спортивну діяльність (пізнавальна, організаторська, пропагандистська, інструкторсько-педагогічна, суддівська); мотиваційно-ціннісні орієнтири, що виявляються в умінні мотивувати свої інтереси, переконання, потреби, прагнення досягти спортивних вершин;

©Червона С. П.

самодисципліну, самовиховання, саморегуляцію й самовдосконалення (рухові вміння, рухові навички, фізичний розвиток, фізична підготовленість), що виявляються у власній спортивній досконалості та майстерності (Бережна, 2010; Деркач, & Исаев, 1987).

Павлюк Є. О. виділяє чотири етапи професійного становлення майбутніх тренерів-викладачів у процесі фахової підготовки (Павлюк, & Чопик, 2012):

- професійно-орієнтувальний (професійне самовизначення й вибір індивідуальної освітньої траєкторії фахового зростання);
- професійно-фундаментальний (формування ключових компетентностей);
- професійно-спеціалізований (розвиток професійної компетентності та професійно важливих особистісних якостей);
- професійно-кваліфікаційний (формування готовності до професійної діяльності, самовдосконалення та самореалізації).

Необхідність професійного становлення майбутніх тренерів-викладачів у процесі фахової підготовки зумовлює розв'язання педагогічних завдань щодо розвитку професійної компетентності, професійно важливих якостей, формування готовності до тренерсько-викладацької діяльності, професійного самовдосконалення та самореалізації.

Однією із спеціальних компетентностей для майбутніх тренерів є здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях (https://mon.gov.ua).

Під час тренерської практики (практики за фахом) поглиблюються і закріплюються теоретичні знання з усіх дисциплін навчального плану, формується здатність до творчого їх застосування.

Головна мета і зміст практики полягають в опануванні студентами сучасних засобів, методів і форм організації роботи тренера-викладача з обраного виду спорту, формуванні на базі отриманих знань, умінь і навичок необхідних для здійснення професійної діяльності, прийняття самостійних рішень, виховання постійної необхідності систематичного оновлення своїх знань та творчого потенціалу, а також реалізація його у практичній діяльності (Гресь, 2008; Воловик, & Березовський, 2017).

Ці завдання реалізуються через ознайомлення студентів із базами практики; створення цілісного уявлення про зміст і характер тренерської роботи; формування стійких навичок з організації та застосування на практиці сучасного науково-методичного арсеналу, включаючи засоби навчання, виховання, оздоровлення, а також спеціальної фізичної і техніко-тактичної підготовки; навчання студентів методиці планування навчально-тренувального процесу, моделювання, програмування, регламентування навчально-тренувальних впливів, а також контролю та оцінки ефективності власної тренерської діяльності.

Одним із напрямків нашого дослідження стало вивчення умов підготовки до управлінської діяльності майбутніх тренерів з ігрових видів спорту та її реалізація через практичну діяльність під час проходження практики за фахом.

**Зв'язок дослідження з науковими чи практичними завданнями, планами, програмами.** Проведене дослідження є складовою частиною зведеного плану науково-дослідної роботи кафедри спортивних та рухливих ігор ХДАФК: «Удосконалення навчально-тренувального процесу в спортивних іграх на 2019-2023 роки», реєстраційний номер 0119U101644.

**Мета дослідження** – вивчення думки студентів ігрових видів спорту щодо результатів проходження практики за фахом.

**Матеріал і методи дослідження.** Методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, анкетування, методи статистичної обробки даних.

В анкетуванні прийняли участь 62 студенти 4 курсу ХДАФК ігрових спортивних спеціалізацій: теніс (10 студентів), гандбол (8 студентів), волейбол (14 студентів), баскетбол (14 студентів), футбол (16 студентів). Анкетування

проводилося після проходження практики за фахом.

У анкеті розглядалися питання щодо різних аспектів проходження практики за фахом – враження, підготовленості, труднощів, результатів проходження.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Із загальної кількості студентів, які прийняли участь у анкетуванні студенти спортивної спеціалізації теніс склали 16,1 %, гандбол – 12,8 %, баскетбол – 22,6 %, волейбол – 22,6 %, футбол – 25,9 %.

На питання «Що для Вас була практика за фахом?», 58,1 % студентів відповіли, що це їх перший крок до майбутньої професії, 29 % вважають практику за фахом можливістю подальшого працевлаштування, 9 % – цікаво проведеним часом, 3,9 % – неминуча необхідність (рис. 1).

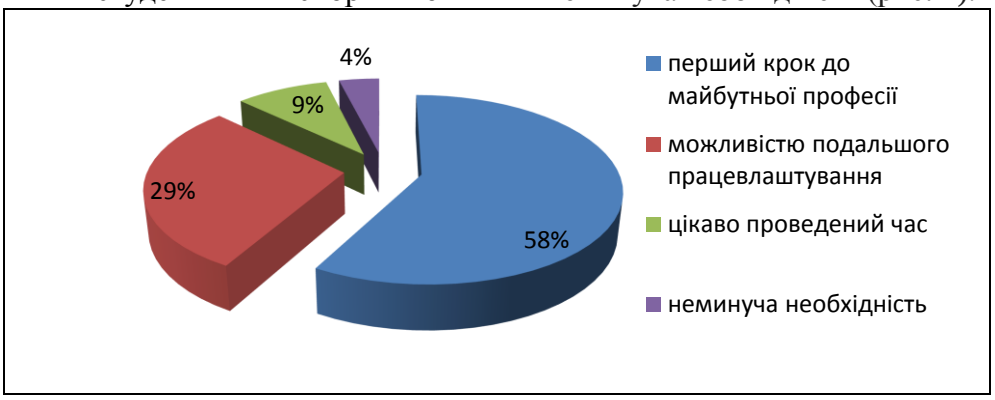



Рис. 1. розподіл студентів при відповіді на питання «Що для Вас була практика за фахом?» (відсотки)

Розглядаючи відповіді із урахуванням спортивної спеціалізації студентів можна відзначити, що «першим кроком до майбутньої професії» практика за фахом стала для 80 % тенісистів, 50 % гандболістів, 57 % баскетболістів, 42,3 % волейболістів і 62,5 % футболістів. Вважають практику за фахом можливістю подальшого працевлаштування 20 % студентів спеціалізації теніс, по 25 % – спеціалізації гандбол і футбол, 43 % – спеціалізації баскетбол, 15 % – спеціалізації волейбол.

На питання «Яка атмосфера панувала на практиці за фахом?», 42 % студентів відповіли, що атмосфера на практиці була звичайною, формальною, 25 % відзначають атмосферу практиці як доброзичливу, 19 % – дуже цікавою, по 7 % – нудною і не цікавою (рис. 2).

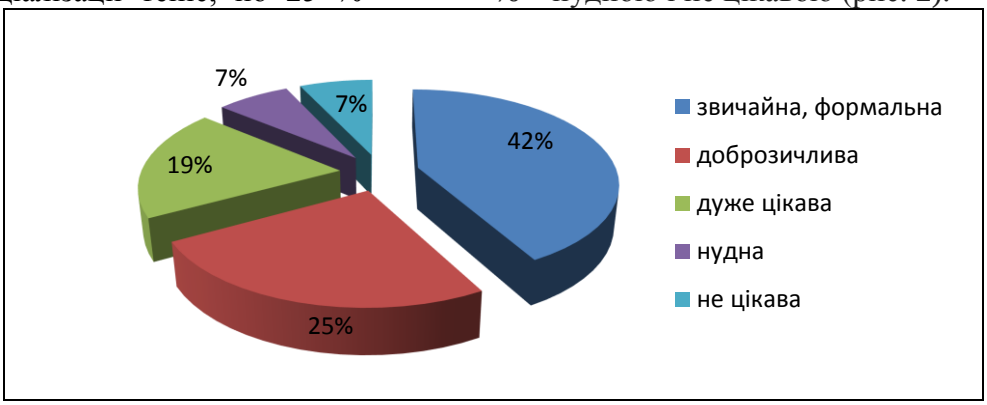



Рис. 2. Розподіл студентів при відповіді на питання «Яка атмосфера панувала на практиці за фахом» (відсотки)

Слід відзначити, що 80 % тенісистів, 71 % баскетболістів і 38 % футболістів вважають атмосферу на практиці звичайною і формальною, 75 % гандболістів і 57 % волейболістів – доброзичливою.

Для оцінки результатів практики студентів просили оцінити практику за

фахом, за 5 бальною шкалою, як можливість закріплення знань і навичок, отриманих за увесь час навчання; як можливість перевірки своїх професійних компетенцій; як можливість збору і підготовки практичного матеріалу для виконання кваліфікаційної роботи. Можливість закріплення знань і навичок, отриманих за увесь час навчання під час практики студенти оцінили: 38,7 % на «5», 45,2 % – на «4», 12,9 % – на «3», 3,2 % – «2». Можливість перевірки своїх професійних компетенцій: 38,7 % на «5», 38,7 % – на «4», 22,6 % – на «3». Можливість збору і підготовки практичного матеріалу для виконання кваліфікаційної роботи – 54,8 % на «5», 19,4 % – на «4», 22,6 % – на «3», 3,2 % – «2» (рис. 3).

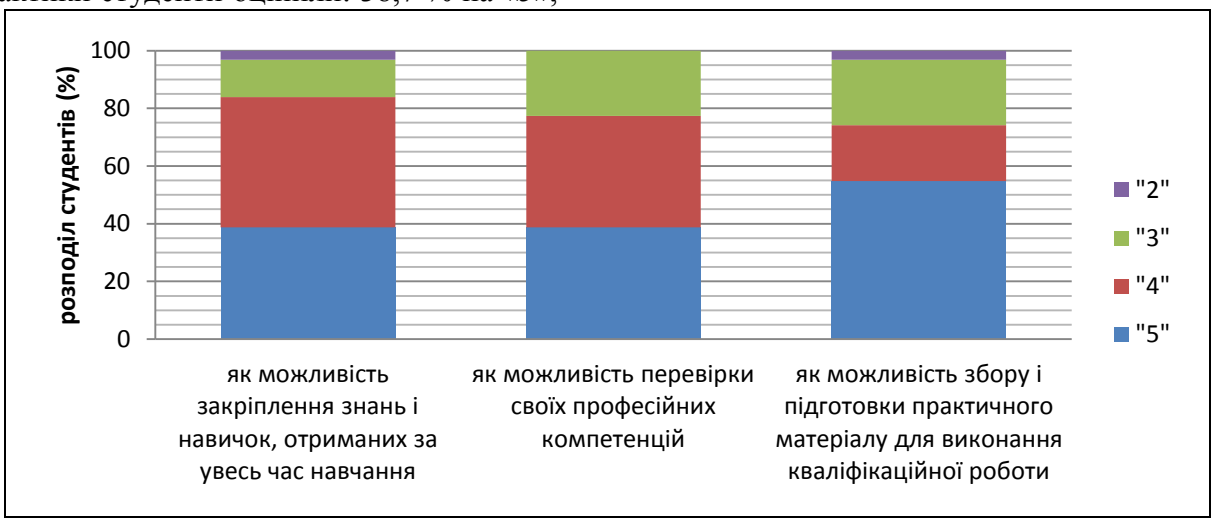



Рис. 3. Розподіл студентів за оцінкою результатів практики за фахом (відсотки)

Можна відзначити, що усі студенти спеціалізації гандбол оцінили результати практики за всіма розділами на оцінку «5». Із числа тенісистів 80 % студентів оцінили можливість закріплення знань і навичок, отриманих за увесь час навчання і можливість перевірки своїх професійних компетенцій на оцінку «5» і 20 % на «4»; можливість збору і підготовки практичного матеріалу для виконання кваліфікаційної роботи – 100 % на оцінку «5». Із числа баскетболістів 28,6 % студентів оцінили можливість закріплення знань і навичок, отриманих за увесь час навчання і можливість перевірки своїх професійних компетенцій на оцінку «5» і 71,4 % на «4»; можливість збору і підготовки практичного матеріалу для виконання кваліфікаційної роботи – 42,8 % на оцінку «5» та 57,2 % – на оцінку «2». Із числа волейболістів 14,3 % студентів оцінили можливість закріплення знань і навичок, отриманих за увесь час навчання на оцінку «5», 9,7 % – на «4», 76 % – на «3»; можливість перевірки своїх професійних компетенцій і можливість збору і підготовки практичного матеріалу для виконання кваліфікаційної роботи – 42,8 % оцінили на «4», 57,2 % – на «3». Із числа футболістів 12,5 % студентів оцінили можливість закріплення знань і навичок, отриманих за увесь час навчання на оцінку «5», 62,5 % – на «4», 12,5 % – на «3», 12,5 – на «2»; можливість перевірки своїх професійних компетенцій: 12,5 % на оцінку «5», 37,5 % – на «4», 50 % – на «3»; можливість збору і підготовки практичного матеріалу для виконання кваліфікаційної роботи – 12,5 % на оцінку «5», 37,5 % – на «4», 50 % – на «3».

На питання «Із якими труднощами Вам прийшлося зіткнутися на практиці за фахом?», 31 % студентів відповіли, що труднощів не було, 19 % відзначили, що трудності були по’вязані із їх недостатньою підготовленістю із дисциплін спеціальної підготовки, 12 % – із організацією практики на базах практики, 7% – із особистим характером практиканта (рис. 4).

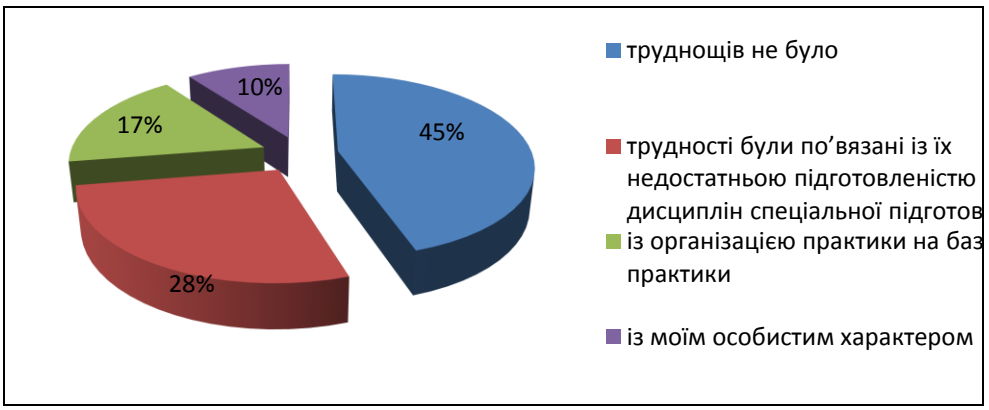



Рис. 4 Розподіл студентів при відповіді на питання «Із якими труднощами Вам прийшлося зіткнутися на практиці за фахом?» (відсотки)

Аналізуючи відповіді із урахуванням спортивної спеціалізації студентів можна відзначити, що не мали труднощів під час практики за фахом 80 % тенісистів, 100 % гандболістів, 42,8 % баскетболістів, 42,3 % волейболістів і 62,5 % футболістів. Одночасно з цим 57,1 % студентів спеціалізації баскетбол, 14,3 % спеціалізації волейбол і 12,5 % спеціалізації футбол вважають, що трудності, з якими вони стикалися під час проходження були по'вязані із їх недостатньою підготовленістю з дисциплін спеціальної підготовки.

На питання «Як Ви оцінюєте підсумки практику з точки зору її результативності?», 64 % студентів відповіли, що переконалися в правильності професійного вибору, 9,7 % відзначили, що практика розчарувала їх в обраній професії. 9,7 % студентів відзначили, що практика за фахом виявила проблеми в їх підготовки, 16,6 % відповіли, що практика носила формальний характер (рис. 5).

Рис. 5 Розподіл студентів при відповіді на питання «Як Ви оцінюєте підсумки практику з точки зору її результативності?» (відсотки)

Слід відзначити, що серед тенісистів 80% переконалися в правильності професійного вибору, одночасно з цим 20 % розчарувалися в обраній професії. Серед гандболістів і баскетболістів 100 % студентів після практики переконалися в правильності професійного вибору. У волейболістів відповіді розподілилися наступним чином: переконалися в правильності професійного вибору – 25 %, розчарувалися в обраній професії – 25 %, практика виявила проблеми в їх підготовки – 25 %, практика носила формальний характер – 25 %. У футболістів відповіді розподілилися наступним чином: переконалися в правильності професійного вибору – 12,5 %, розчарувалися в обраній професії – 12,5 %, практика виявила проблеми в їх підготовки – 62,5 %, практика носила формальний характер – 12,5 %.

Під час анкетування було установлено, що 46 % студентів готові у подальшому продовжити свою трудову діяльність на базі практики, 48 % пропонувалося працевлаштування у якості

молодого спеціаліста. У майбутньому 80 % опитаних студентів, які навчаються за спортивною спеціалізацією на ігрових видах спорту планують працевлаштування у якості тренера.

**Висновки.** Таким чином анкетування дало змогу вивчити думки студентів ігрових видів спорту щодо результатів проходження практики за фахом.

**Перспективи подальших досліджень.** Подальше дослідження буде спрямоване на вивчення підготовленості майбутніх тренерів з ігрових видів спорту до формування спортивної команди.

**Конфлікт інтересів.** Автори заявляють, що немає конфлікту інтересів, який може таким, що може нанести шкоду неупередженості статті.

**Джерела фінансування.** Ця стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної організації.

## СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

Бережна, Ж. В. (2010). Особливості професійної компетентності майбутнього тренера. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій та загальноосвітній школах*: зб. наук. пр. Запоріжжя. 6, 46–51.

Воловик, Н. І., & Березовський, В. А. (2017). *Тренерська практика:* методичний посібник для студентів факультетів фізичного виховання та спорту вищих педагогічних навчальних закладів. К. : Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова.

Гресь, Н. (2008). Виробнича практика студента: досвід роботи за фахом випускника ВНЗ. *Освіта і управління*. 11(1), 100-105.

Деркач, А. А., Исаев, А. А. (1987). Педагогическое мастерство тренера. М. : Физкультура и спорт.

Павлюк, Є. О., Чопик, Т. В. (2012). Аналіз професійної підготовки майбутніх фахівців з олімпійського та професійного спорту у вищих навчальних закладах. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2, 92-95.

https://mon.gov.ua/storage/app/media/vishcha-osvita/zatverdzeni%20standarty/2019/04/25/017-fizichna-kultura-i-sport-bakalavr.pdf

Стаття поступила до редакції: `15.05.2019.
Опублікована: 1.06.2019.

***Аннотация. Червона С. Ф. Изучение мнения студентов о результатах прохождения практики по специальности (на примере студентов спортивных специализаций игровых видов спорта).*** *Главная цель и содержание практики заключаются в овладении студентами современных средств, методов и форм организации работы тренера-преподавателя по избранному виду спорта, формировании на базе полученных знаний, умений и навыков необходимых для осуществления профессиональной деятельности, принятия самостоятельных решений, воспитание постоянной необходимости систематического обновления своих знаний и творческого потенциала, а также реализация его в практической деятельности.* ***Цель исследования*** *- изучение мнения студентов игровых видов спорта по результатам прохождения практики по специальности.* ***Методы исследования.*** *Методы исследования: анализ научно-методической литературы, анкетирование, методы статистической обработки данных. В анкетировании приняли участие 62 студента 4 курса ХГАФК игровых спортивных специализаций: теннис (10 студентов), гандбол (8 студентов), волейбол (14 студентов), баскетбол (14 студентов), футбол (16 студентов). Анкетирование проводилось после прохождения практики по специальности.* ***Результаты исследования.*** *58,1% студентов отметили, что практика по специальности это их первый шаг к будущей профессии, 42% студентов ответили, что атмосфера на практике была формальной, 31% студентов не имели трудностей во время прохождения практики, 64% студентов убедились в правильности профессионального выбора, 46% студентов готовы в дальнейшем продолжить свою трудовую деятельность*

*на базе практики, 48% предлагалось трудоустройство в качестве молодого специалиста. Возможность закрепления на практике знаний и навыков, полученных за все время обучения студенты оценилиследующим образом: 38,7% на «5», 45,2% - на «4», 12,9% - на «3», 3,2% - «2». Возможность проверки на практике своих профессиональных компетенций: 38,7% на «5», 38,7% - на «4», 22,6% - на «3». Возможность сбора и подготовки практического материала для выполнения квалификационной работы - 54,8% на «5», 19,4% - на «4», 22,6% - на «3», 3,2% - «2». В будущем 80% опрошенных студентов, обучающихся на спортивной специализации по игровым видам спорта планируют трудоустройство в качестве тренера.*

***Ключевые слова:*** *студенты; баскетболисты; гандболисты; футболисты; теннисисты; практика по специальности; анкетирования.*

***Abstract. Chervona S. F. Studying of the students' opinion on results of practical training in the specialty (on the example of students of sports specializations of game sports).*** *The main purpose and the content of practice consist in mastering students of modern means, methods and forms of the organization of work of a coach-teacher on the chosen sport, formation on the basis of the gained knowledge, skills necessary for implementation of professional activity, adoption of independent decisions, education of constant need of systematic updating of the knowledge and creative potential and also its realization in practical activities.* ***The purpose of the research*** *- studying of the students' opinion of game sports by results of practical training in the specialty.* ***Research methods.*** *Research methods: analysis of scientific and methodical literature, questioning, methods of statistical data processing. 62 students of the 4th year of study of KhSAPC of game sports specializations took part in the questioning: tennis (10 students), handball (8 students), volleyball (14 students), basketball (14 students), and football (16 students**).** The questioning was carried out after practical training in the specialty.* ***Results of the research.*** *58.1% of students noted that practical training in the specialty is their first step to future profession, 42% of students answered that the atmosphere in practice was formal, 31% of students hadn't difficulties during practical training, 64% of students were convinced of correctness of the professional choice, 46% of students are ready to continue the work on the basis of practice further, 48% were offered employment as young specialist. Students assessed the possibility of fixing knowledge and skills in practice which were received for all the time of training in such way: 38.7% for "5", 45.2% - for "4", 12.9% - for "3", 3.2% - "2". The possibility of check in practice of the professional competences: 38.7% for "5", 38.7% - for "4", 22.6% - on "3". The possibility of collecting and preparation of practical material for performance of qualification work is 54.8% for "5", 19.4% - for "4", 22.6% - for "3", 3.2% - "2". In the future 80% of the interviewed students, who study at sports specialization in game sports, plan an employment as a coach.*

***Keywords:*** *students; basketball players; handball players; football players; tennis players; practice in the specialty; questioning.*

**References:**

Berezhna, Zh. V. (2010). Osoblyvosti profesijnoi' kompetentnosti majbutn'ogo trenera. *Pedagogika formuvannja tvorchoi' osobystosti u vyshhij ta zagal'noosvitnij shkolah*: zb. nauk. pr. Zaporizhzhja. 6, 46–51.

Volovyk, N. I., & Berezovs'kyj, V. A. (2017). *Treners'ka praktyka*: metodychnyj posibnyk dlja studentiv fakul'tetiv fizychnogo vyhovannja ta sportu vyshhyh pedagogichnyh navchal'nyh zakladiv. K. : Vydavnyctvo NPU imeni M.P. Dragomanova.

Gres', N. (2008). Vyrobnycha praktyka studenta: dosvid roboty za fahom vypusknyka VNZ. *Osvita i upravlinnja*. 11(1), 100-105.

Derkach, A. A., Isaev, A. A. (1987). *Pedagogicheskoe masterstvo trenera*. M. : Fizkul'tura i sport.

Pavljuk, Je. O., Chopyk, T. V. (2012). Analiz profesijnoi' pidgotovky majbutnih fahivciv z olimpijs'kogo ta profesijnogo sportu u vyshhyh navchal'nyh zakladah. *Pedagogika, psyhologija ta medyko-biologichni problemy fizychnogo vyhovannja i sportu*. 2, 92-95.

https://mon.gov.ua/storage/app/media/vishcha-osvita/zatverdzeni%20standarty/2019/04/25/017-fizichna-kultura-i-sport-bakalavr.pdf

**Відомості про авторів / Information about the Authors**

Червона Світлана Пилипівна: *Харківська державна фізичної культури: вул. Клочківська, 99. м. Харків, 61058, Україна.*

Червона Светлана Филипповна: *Харьковская государственная академия физической культуры: ул. Клочковская, 99.*

Chervona Svitlana : *Kharkiv State Academy of Physical Culture: Klochkivska str. 99, Kharkiv, 61058, Ukraine.*

https://orcid.org/0000-0001-7491-5543

Email: nesveta@ukr.net

УДК 796.31/32:796.08-055.25

**ISSN (Ukrainian ed. Online) 2523-4161**
**2019, №3(13), 64–73**
**doi: 10.15391/si.2019-3.08**

# Особливості формування командної згуртованості юних спортсменок в ігрових видах спорту

Шалар О. Г.[1], Стрикаленко Є. А.[1], Гузар В. М.[2]
[1]Херсонський державний університет
[2]Херсонська державна морська академія*

**Анотація**. ***Мета****: полягає в визначені особливостей формування командної згуртованості в ігрових видах спорту.* ***Матеріал і методи****: використовувались наступні методи дослідження: психолого-педагогічне анкетування рівня згуртованості та конфліктності в колективі (методики Л. Столяренка, К. Томаса, Сішара тощо); методи математичної обробки отриманих результатів. У дослідженні прийняли участь 4 жіночі команди, а саме: гандбольна «Дніпрянка», баскетбольна «Таврійські зірки», футбольна «Южанка» та волейбольна команда «Едалеїда» Херсонської області. Вік дівчат 13-14 років.* ***Результати****: порівняння рівня командної згуртованості юних спортсменок в різних ігрових видах спорту довело, що індекс групової згуртованості суттєво більший у юних гандболісток та баскетболісток; подібна тенденція спостерігається і при порівняння даних оцінювання ціннісно-орієнтовної єдності колективу. Психологічний клімат в усіх командах практично однаковий; вирішення конфліктної ситуації у гандболісток відбувається за рахунок співпраці, а в інших командах – компромісу; в усіх спортивних командах існує домінування діяльнісної та ціннісної сфери над емоційною.* ***Висновки****: Результати визначення взаємозв'язку між показниками змагальної діяльності та рівнем командної згуртованості довели, що існує тісний взаємозв'язок (r = 0,825) між успіхом сумісної діяльності та показниками змагальної результативності, між ціннісно-орієнтованою єдністю колективу, рівнем групової згуртованості та рівнем спортивної майстерності – r = 0,852 та r = 0,420 відповідно. Також встановлено, що з зростанням спортивних результатів конфліктні ситуації вирішуються за рахунок співпраці (r =0,777). Перспектива подальших досліджень має бути пов'язана із впливом авторитету тренера на командну згуртованість і єдність юних спортсменок.*

**Ключові слова**: *баскетбол; волейбол; гандбол; футбол; згуртованість; психологічний клімат; співпраця; кореляція.*

**Вступ**. Сучасна підготовка висококваліфікованих спортсменів представляє собою складний багаторічний і багатоетапний процес в ході якого необхідно враховувати загальні закономірності адаптації спортсмена до тренувальних і змагальних навантажень, особливості становлення спортивної майстерності згідно до структури і динаміки фізичних і психічних якостей, морфологічного і психічного статусу спортсмена, наявності своєрідного співвідношення здібностей до певного виду спорту (Бакнін, & Коляс, 2001; Без'язичний, & Сірий, 1999).

Формування згуртованості та психологічного клімату виступає як засіб психологічної стійкості, як окремого спортсмена, так і команди в цілому (Гузар, Шалар & Норик, 2014; Шалар, & Єфімако, 2008; Шалар, Стрикаленко & Ємельянова, 2009; Шалар, Снопова & Стрикаленко, 2010). Виходячи з цього, психологічний клімат можна охарактеризувати як відносно стійке емоційне налаштування команди, що пронизує всю систему діяльності й формується на підставі суб'єктивного задоволення характером міжособистісних стосунків спортсменів (Кенані, 2005).

В спорті психологічний клімат формується під впливом різних об'єктивних та суб'єктивних чинників: успіху діяльності, вікових особливостей, почуттів, настроїв, мотивів, потреб і

© Шалар О. Г., Стрикаленко Є. А., Гузар В. М.

стосунків між спортсменами, а також під впливом цілеспрямованої педагогічної роботи самого тренера команди. На думку В. Воронової, О. Гриня, Є. Ільїна, ігнорування згуртованості та закономірностей його формування, особливостей регуляції, оптимізації значно звужує можливості тренерського складу щодо керівництва командою (Воронова, 2007; Гринь, 2015; Ільїн, 2013).

Згуртованість та добрий психологічний клімат дозволяє тренерам досягати значних зрушень не лише в змагальній діяльності, а і в тренувальному процесі, за рахунок підвищення емоційного стану та взаємодопомоги між спортсменами (Вейнберг, & Гоулд, 2001; А. Родіонов, & В. Родіонов, 2013).

В сучасній науковій та науково-методичній літературі існує значна кількість джерел, які висвітлюють питання щодо розвитку рухових здібностей спортсменів, навчання та вдосконалення техніки та тактики гри (Гузар, Шалар & Сапронова, 2015; Єгорова, Стрикаленоко & Шалар, 2011; Шалар, Гузар & Решотка). Проте практично відсутні дані щодо засобів та методів формування психологічного клімату та згуртованості в різних видах спорту, а особливо в ігрових.

Все вище зазначене підкреслює актуальність дослідження особливостей формування згуртованості в різних видах спорту.

**Мета дослідження** полягає в визначені особливостей формування командної згуртованості в ігрових видах спорту.

**Матеріал і методи дослідження**. У дослідженні, яке тривало протягом 2016-17 років, прийняли участь 4 жіночі команди, а саме: гандбольна команда «Дніпрянка», баскетбольна «Таврійські зірки», футбольна «Южанка» міста Херсону та волейбольна команда смт Чулаківка «Едалеїда». Для об'єктивності та достовірності отриманих результатів кількісний склад команд дівчат був практично однаковий і налічував по 20 осіб, з кожної команди. Відповідно загальна кількість юних спортсменок складала 80 осіб. Вік дівчат 13-14 років. Але терміни занять обраним видом спорту в кожній команді різні. В гандбольній команді «Дніпрянка» дівчата займалися вісім та більше років і навіть шість з них встигли отримати кандидатів в майстри спорту, вісім отримали перший розряд і шість учасників мали третій спортивний розряд. В футбольній команді «Южанка» п'ять спортсменок – кандидати в майстри спорту, вісім – першорозрядники, два гравця мали другий, і п'ять – третій розряд. Волейбольна команда «Едалеїда» в своєму складі мала двох кандидатів в майстри спорту, дев'ять – першорозрядників, чотирьох – другий і п'ять гравців з третім розрядом. В баскетбольній команді «Таврійські зірки» тринадцять гравців мали перший, два – другий, п'ять гравців отримали третій спортивний розряди. Всі команди неодноразово виступали на чемпіонатах України.

Для вирішення поставленої мети нами використовувались наступні методи дослідження: психолого-педагогічне анкетування рівня згуртованості та конфліктності в колективі (методики Л. Столяренка, К. Томаса, Сішара тощо); методи математико-статистичної обробки отриманих результатів.

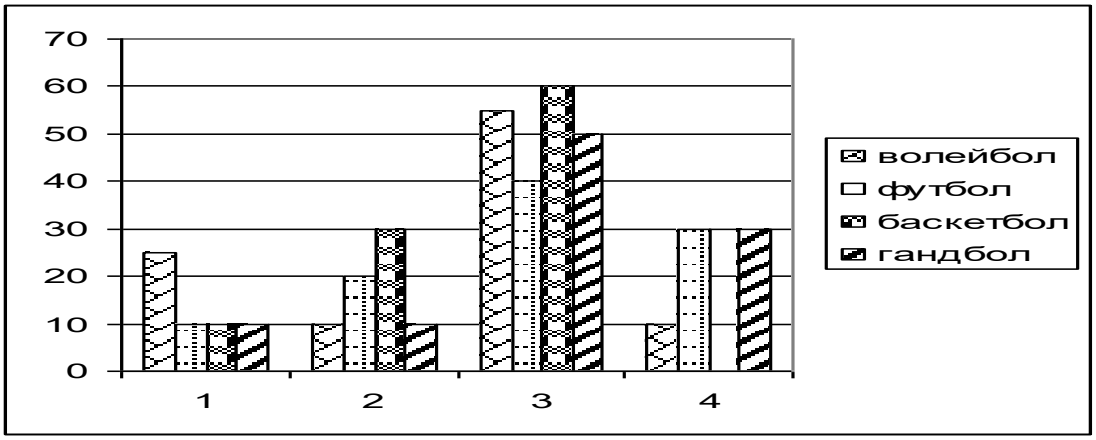
Рівень психологічного клімату в команді визначався в балах, де 25 і більше балів – це високий рівень; 24-11 – вище середнього; 10 і менше – середній і, якщо сума балів дорівнює 0, або негативна величина – низький рівень.

**Результати дослідження**. В юнацькому спорті, особливо в командних видах спорту, підвищення ефективності спортивної діяльності пов'язано насамперед з психологічним кліматом, який переважає в команді та впливає на формування згуртованість між її членами.

Результати анкетування психологічного клімату в жіночих спортивних командах Херсонської області представлені на рисунку 1.

Отже, найбільш високий рівень психологічного клімату був виявлений у волейбольній команді смт. Чулаківка (25%). У цих дівчат незначно проявився вище середнього (10%) і досить добре середній (55%) рівень психологічного

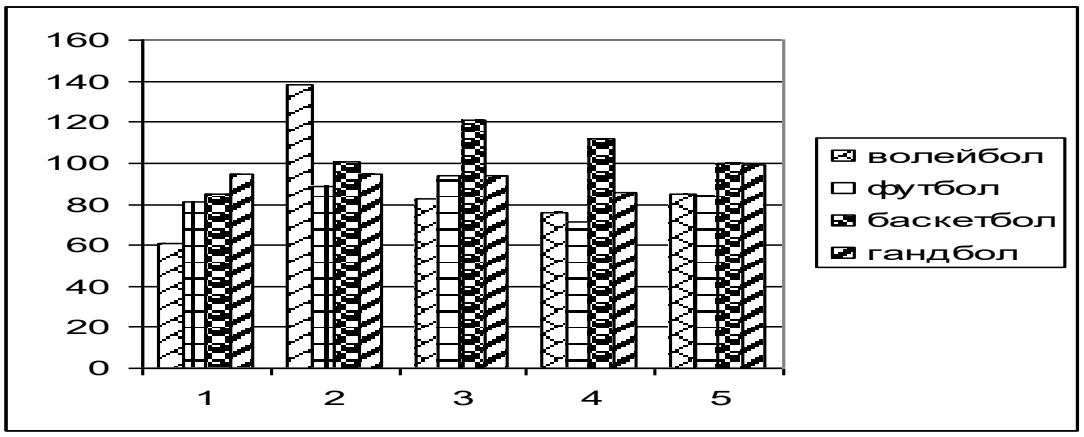
клімату. Варто відзначити досить позитивний психологічний клімат у баскетбольній команді, де 30% – вище середнього і 60% середнього та повна відсутність низького несприятливого психологічного рівня. І тільки в футбольній та гандбольній командах 30% дівчат вважають, що в їхньому спортивному колективі психологічний клімат знаходиться на низькому рівні. Це можна пояснити тим, що тренери цих команд більш частіше оновлюють свої состави. Разом в цих командах дівчата грають не більше 2-3 років.




1 – високий рівень; 2 – вище середнього; 3 – середній; 4 – низький.

Рис. 1. Наявність психологічного клімату в жіночих спортивних командах (бали)

Результати визначення типу поведінки гравців при конфліктних ситуаціях показано на рисунку 2. Найвищий показник (138 балів) у схильності до співпраці в конфліктних ситуаціях мали волейболістки команди «Едалеїда» смт. Чулаківка. Однакова кількість балів виявлена у цих дівчат по таким ознакам як компроміс та пристосування – по 82 бали. Що говорить про прагнення юних волейболісток адаптуватися до сумісної діяльності.




1-суперництво, 2-співпраця, 3 –компроміс, 4- запобігання, 5- пристосування

Рис. 2. Тип поведінки юних спортсменок в конфліктних ситуаціях (бали)

В баскетбольній команді «Таврійські зірки» більшість гравців спроможні позитивно вирішувати конфліктні ситуації йдучи на компроміс (120 балів) та запобігання конфліктів (110 балів). Також позитивною тенденцією до взаємовідношень варто вважати прояв співпраці (100 балів) і пристосування (теж 100 балів) у юних баскетболісток. Майже на однакових рівнях знаходиться компромісне вирішення конфліктних ситуацій (по 95 балів) в гандбольній команді «Дніпрянка» та футбольній «Южанка». В гандбольній команді гравці

відають свою перевагу пристосуванню (100 балів), а у футбольній – співпраці (90 балів) в разі виникнення конфліктів.

Для того, щоб зрозуміти чи існує в спортивному колективі згуртованість і який її рівень, була застосована методика щодо визначення індексу групової згуртованості за Сішаром. Якщо спортивний колектив набирає в середньому 19-17 балів то в команді присутній високий рівень групової згуртованості, 16-14 – вище середнього рівня, 13-11 – середній рівень, показники 10-8 – свідчать про нижче середній рівень, 7-5 – низький рівень групової згуртованості. Отримані дані представлені на рисунку 3.

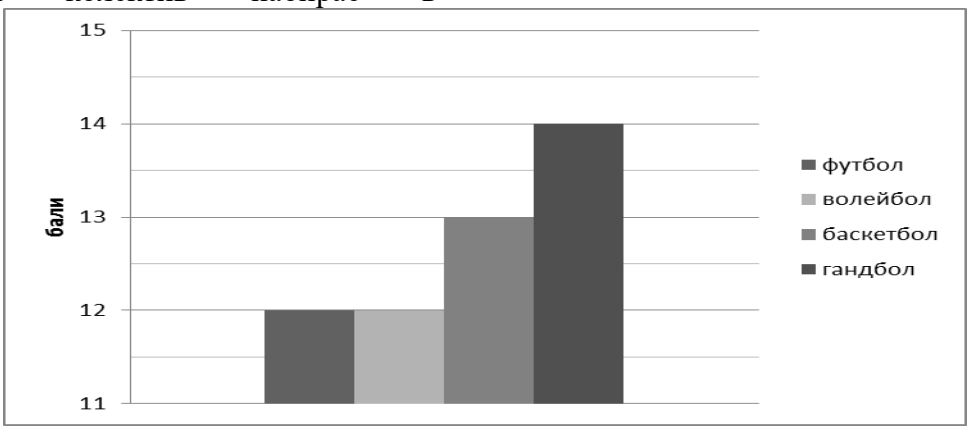
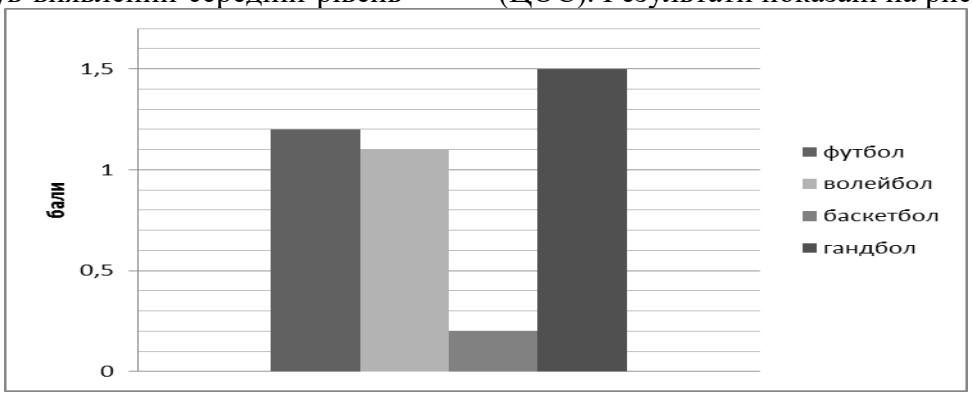



Рис. 3. Індекс групової згуртованості в жіночих спортивних командах за Сішаром (бали)

Аналізуючи результати анкетування групової згуртованості в жіночих командах встановлено, що в гандбольній команді «Дніпрянка» м. Херсон рівень групової згуртованості вище середнього (14 балів). А у баскетбольній (13 балів), волейбольній і футбольній (по 12 балів відповідно) був виявлений середній рівень командної згуртованості. На нашу думку, ці показники не повністю висвітлюють єдність спортивного колективу.

Відповідно для більш об'єктивної оцінки згуртованості в командах було застосовано методику щодо визначення ціннісно-орієнтаційної єдності колективу (ЦОЄ). Результати показані на рисунку 4.




1- баскетбол, 2- футбол, 3- волейбол, 4- гандбол

Рис. 4. Ціннісно-орієнтаційна єдність жіночих спортивних команд (бали)

Встановлено, що гандбольна команда «Дніпрянка» м. Херсону мала найвищі показники єдності колективу (1,5 балів). Це може бути пов'язаним з попередніми позитивними показниками групової згуртованості. Футбольна і волейбольна команди мали майже однакові показники (1,2 і 1,1 балів відповідно) і лише у дівчат баскетболісток виявився найменший рівень згуртованості (0,2 бали).

Щоби визначити за якою ознакою юні спортсменки пов'язують успіх сумісної діяльності, була впроваджена відповідна методика. Всі дівчата в баскетбольній на волейбольній командах пов’язують свій успіх із ставленням до навчання техніки і тактики, а також

більшість з них (85% баскетболісток і 60% волейболісток) – із стилем поведінки та діяльності. Більш ніж дві третини футболісток, гандболісток і волейболісток вважають важливою ознакою в командному успіху якість мислення. І така ж кількість юних спортсменок вважають ставлення до товаришів по команді головною ознакою успіху. Лише 90% баскетболісток вважають ставлення до себе передумовою командного успіху.

Дослідивши та порівнявши психологічний клімат та рівень командної згуртованості в футбольній, гандбольній, волейбольній та гандбольній командах ми визначили наявність або відсутність взаємозв'язку між даними психологічними ознаками та рівнем спортивної кваліфікації.

Взаємозв'язок між перерахованими показниками прораховувався за допомогою коефіцієнта кореляції. Результати визначення взаємозв'язку між засобами реагування на конфліктні ситуації, успіхом сумісної діяльності, взаємовідносинами в колективі, рівнем групової згуртованості та рівнем спортивної кваліфікації дівчат футбольної, гандбольної, волейбольної та баскетбольної команд представлені в таблиці 1.

*Таблиця 1.*

**Взаємозв'язок між психологічними ознаками юних спортсменок ігрових видів спорту та їх кваліфікацією**

| Тест | Показник | r |
|---|---|---|
| Томаса | Суперництво | 0,561 |
| | Співпраця | **0,777** |
| | Компроміс | 0,433 |
| | Запобігання | 0,524 |
| | Пристосування | 0,014 |
| Успіх сумісної діяльності | | **0,825** |
| Ціннісно–орієнтованої єдності колективу | | **0,852** |
| Методика Сішара | | 0,420 |

Вивчивши літературні джерела ми бачимо, що існують декілька варіантів реагування на конфліктні ситуації: суперництво, співпраця, компроміс, запобігання та пристосування. Аналізуючи результати нашого дослідження встановлено, що найбільший взаємозв'язок знайдено між співпрацею та спортивною кваліфікацією – коефіцієнт кореляції r=0,777. Необхідно відмітити, що даний вихід із конфліктної ситуації дає змогу обом сторонам отримати позитивні зміни. На нашу думку, це обумовлюється тим, що з підвищенням спортивної кваліфікації, а відповідно і змагальної результативності, члени спортивної команди знаходять вихід з конфліктної ситуації за рахунок співпраці, яка безумовно поєднує членів колективу, і дає можливість досягати інших більш високих результатів.

Отримані результати вказують також і на те, що практично не можливо досягти високої спортивної кваліфікації в ігрових командних видах спорту якщо спортсмени будуть пристосовуватись один до одного (r = 0,014).

В ході дослідження встановлено, що існує тісний взаємозв'язок (r = 0,825) між успіхом сумісної діяльності та показниками змагальної результативності. Чим вище спортивна кваліфікації тим вищий і успіх сумісної діяльності.

Подібна тенденція спостерігається і при визначення взаємозв'язку між ціннісно-орієнтованою єдністю колективу та рівнем спортивної майстерності – r=0,852.

Кореляційний аналіз отриманих результатів психологічного тестування та рівнем спортивної кваліфікації вказує на наявність взаємозв'язку між командною згуртованістю за Сішаром та змагальною діяльністю, проте взаємозв'язок не дуже тісний r = 0,420.

Підсумовуючи результати порівняння між ознаками командної групової згуртованості та рівнем спортивної майстерності встановлено, що з підвищенням змагальних результатів, а відповідно і спортивної кваліфікації, в командах підвищується оцінка успіху сумісної діяльності, покращується ціннісно-орієнтована єдність колективу, вихід із конфліктних ситуацій вирішується за рахунок співпраці, що на думку спеціалістів, є одним з перспективних напрямків.

**Висновки.** Результати дослідження та порівняння рівня командної згуртованості юних спортсменок в різних ігрових видах спорту довело, що індекс групової згуртованості суттєво більший у юних гандболісток та баскетболісток; подібна тенденція спостерігається і при порівняння даних оцінювання ціннісно-орієнтовної єдності колективу. Психологічний клімат в усіх командах практично однаковий; вирішення конфліктної ситуації у гандболісток відбувається за рахунок співпраці, а в інших командах – компромісу; в усіх спортивних командах існує домінування діяльнісної та ціннісної сфери над емоційною.

Результати визначення взаємозв'язку між показниками змагальної діяльності та рівнем командної згуртованості довели, що існує тісний взаємозв'язок (r = 0,825) між успіхом сумісної діяльності та показниками змагальної результативності, між ціннісно-орієнтованою єдністю колективу, рівнем групової згуртованості та рівнем спортивної майстерності – r = 0,852 та r = 0,420 відповідно. Також встановлено, що з зростанням спортивних результатів конфліктні ситуації вирішуються за рахунок співпраці (r =0,777).

Перспектива подальших досліджень має бути пов'язана із впливом авторитету тренера на командну згуртованість і єдність юних спортсменок.

**Конфлікт інтересів.** Автори відзначають, що не існує ніякого конфлікту інтересів.

**Джерела фінансування.** Ця стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної організації.

## СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

Бакнин, В., & Колляс, Х. (2001). Анализ соревновательной деятельности как фактор повышения результативности спортсменок Греции. *Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта*. 9, 37-44.

Без'язичний Б. І., & Сірий, О. В. (1999). Дослідження особливостей змагальної діяльності в ігрових видах спорту. *Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта*. 20, 14-16.

Вейнберг, Роберт С., & Гоулд, Деніел (2001) *Психологія спорту*. Київ. Олімпійська література.

Воронова, В. І. (2007). *Психологія спорту*. Київ. Олімпійська література.

Гринь, О. Р. (2015). *Психологічне забезпечення та супровід підготовки кваліфікованих спортсменів*. Київ. Олімпійська література.

Гузарь, В. Н., Шалар, О. Г., Норик, А. О. (2014). Взаимоотношения как аспект психологического климата женской футбольной команды. *Физическое воспитание студентов*. 2, 8-12. doi: 10.6084/m9.figshare.906307

Гузар, В. М., Шалар, О. Г., & Мордюк, Д. (2016). Міжособистісні відношення гандболісток і їх вплив на змагальну діяльність. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка*. (139). 2, 218-222.

Гузар, Віктор, Сапронова, Юлія, & Шалар, Олег. (2014). Вплив вольових якостей на фізичну підготовленість юних гандболісток. *Актуальні проблеми юнацького спорту.* 11, 185-189

Гузар, В. М., Шалар, О. Г., & Сапронова, Ю. В. (2015). Основні аспекти спортивної форми гандболісток. *Проблеми сучасної валеології, фізичної культури та реабілітації.* 8, 108-113

Гузар, В. М., Шалар, О. Г., & Блищик, О. Є. (2015). Особливості техніко-тактичних дій воротарів у командах української прем'єр ліги. *Актуальні проблеми сучасної біології та здоров'я людини*. 15, 32-36

Гузар, В. М. (2000). Інформація та інформаційне забезпечення фізичної культури і спорту. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту.* 16, 3-7.

Еделев, О. С., Єфімако, В. О., & Шалар, О. Г. (2008). Дидактико-виховний аспект тренування юних футболісток. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту.* 11, 16-21.

Єгорова, Т. А., Стрикаленко, Є. А., & Шалар, О. Г. (2011). Педагогічний контроль за рівнем технічної підготовленості у баскетболі. *Фізичне виховання в школах України*. 3(27), 22-26

Жосан, Ігор, Шум, Дарина, Шалар, Олег, & Стрикаленко, Євген (2014). Властивості темпераменту і волі гандболісток різного ігрового амплуа. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 1, 40-43

Ильин, Е. П. (2009). *Психология спорта*. Санкт-Петербург. Питер.

Кедровский, Б. Г., Шалар, О. Г., & Гриневич, А. В. (2013). Взаимопонимание тренеров с юными спортсменами. *Физическое воспитание студентов*. 4, 31-34.

Кенані, Слім Бен Ріда (2005). *Індикатори психологічного клімату спортивної команди.* (Doctoral dissertation). Київ, Україна.

Родионов, А. В., & Родионов В. А. (2013). *Психология детско-юношеского спорта. Москва*. Физическая культура.

Стрикаленко, Є. А., & Шалар, О. Г. (2017). Вплив інтелектуальних здібностей на ефективність змагальної діяльності гандболісток високого класу. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка*. (147). 2, 255-258.

Шалар, О. Г. Стрикаленко, Є. А., & Ємельянова, Ю. І. (2009). Формування особистості юних футболісток. *Педагогіка, психологія та методико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 10, 277-280.

Шалар, О. Г., Снопова, Ю. А., & Стрикаленко, Е. А. (2010). Психологическая совместимость женской гандбольной команды. *Физическое воспитание студентов*. 1, 109-112.

Шалар, О. Г., Стрикаленко, Є. А., & Иващенко, А. В. (2013). Индивидуальные свойства личности как критерий выбора стиля игры теннисисток *Физическое воспитание студентов*. 2, 69-73. doi: 10.6084/m9.figshare.156384

Шалар, О. Г., Гузар, В. М., Решотка, Н. О. (2019). Спортивна підготовка учнів ліцею на заняттях з волейболу. *Спортивні ігри*. 1 (11), 58-66. http://doi.org/10.5281/zenodo.2543592

Стаття поступила до редакції: 8.05.2019.
Опублікована: 1.06.2019.

***Аннотация. Шалар О., Стрикаленко Е., Гузарь В. Особенности формирования командной сплоченности юных спортсменок в игровых видах спорта. Цель****: заключается в определенные особенностей формирования командной сплоченности в игровых видах спорта.* ***Материал и методы****: использовались следующие методы исследования: психолого-педагогическое анкетирование уровня сплоченности и конфликтности в коллективе (методики Л. Столяренко, К. Томаса, Сишара и т.п.); методы математической обработки полученных результатов. В исследовании приняли участие 4 женские команды, а именно: гандбольная «Днепрянка», баскетбольная «Таврийские звезды», футбольная «Южанка» и волейбольная команда «Едалеида» Херсонской области. Возраст девушек 13-14 лет.* ***Результаты:*** *сравнения уровня командной сплоченности юных спортсменок в различных игровых видах спорта показало, что индекс групповой сплоченности существенно больше в*

*юных гандболисток и баскетболисток; подобная тенденция наблюдается и при сравнения данных оценки ценностного единства коллектива. Психологический климат во всех командах практически одинаков; решения конфликтной ситуации у гандболисток происходит за счет сотрудничества, а в других командах – компромисса; во всех спортивных командах существует доминирование деятельностной и ценностной сферы над эмоциональной.* ***Выводы****: Результаты определения взаимосвязи между показателями соревновательной деятельности и уровнем командной сплоченности виявили существование тесной взаимосвязи (r = 0,825) между успехом совместной деятельности и показателями соревновательной результативности, между ценностным единством коллектива, уровнем групповой сплоченности и уровнем спортивной майстерства: r = 0,852 и r = 0,420 соответственно. Также установлено, что с ростом спортивных результатов конфликтные ситуации решаются за счет сотрудничества (r = 0,777). Перспектива дальнейших исследований должна быть связана с влиянием авторитета тренера на командную сплоченность и единство юных спортсменок.*

***Ключевые слова****: баскетбол; волейбол; гандбол; футбол; сплоченность; психологический климат; сотрудничество; корреляция.*

***Abstract. Shalar O., Strykalenko E., Huzar V. Features of the formation of team cohesion of young athletes in team sports. Purpose****: consists in certain features of the formation of team cohesion in team sports.* ***Material and methods****: the following research methods were used: psychological and pedagogical survey of the level of cohesion and conflict in the team (methods L. Stolyarenko, K. Thomas, Sishara, etc.); methods of mathematical processing of the results. The study involved 4 women's teams, namely: the handball "Dnepryanka", the basketball "Tavria stars", the football "Yuzhanka" and the volleyball team "Edaleida" of the Kherson region. Age of girls 13-14 years.* ***Results****: comparing the level of team cohesion of young athletes in various team sports showed that the index of group cohesion is significantly higher in young handball players and basketball players; A similar trend is observed when comparing data assessing the value unity of the collective. The psychological climate in all teams is almost the same; Handball players resolve a conflict situation by cooperating, and in other teams  a compromise; in all sports teams there is a domination of the activity and value sphere over the emotional one.* ***Conclusions****: The results of determining the relationship between the indicators of competitive activity and the level of team cohesion resulted in the existence of a close relationship (r = 0.825) between the success of joint activities and indicators of competitive performance, between the collective unity of values, the level of group cohesion and the level of sports leadership: r = 0.852 and r = 0.420 respectively. It was also found that with the growth of sports results, conflict situations are resolved through cooperation (r = 0.777). The prospect of further research should be related to the influence of the coach's authority on the team cohesion and unity of young athletes.*

***Key words****: basketball; volleyball; handball; football; cohesion; psychological climate; cooperation; correlation.*

**Reference**

Baknyn, V., & Kolljas, H. (2001). Analyz sorevnovatel'noj dejatel'nosty kak faktor povыshenyja rezul'tatyvnosty sportsmenok Grecyy. *Pedagogyka, psyhologyja y medyko-byologycheskye problemы fyzycheskogo vospytanyja y sporta*. 9, 37-44.

Bez'jazychnyj B. I., & Siryj, O. V. (1999). Doslidzhennja osoblyvostej zmagal'noi' dijal'nosti v igrovyh vydah sportu. *Pedagogyka, psyhologyja y medyko-byologycheskye problemы fyzycheskogo vospytanyja y sporta.* 20, 14-16.

Vejnberg, Robert S., & Gould, Deniel (2001) *Psyhologija sportu*. Kyi'v. Olimpijs'ka literatura.

Voronova, V. I. (2007). *Psyhologija sportu*. Kyi'v. Olimpijs'ka literatura.

Gryn', O. R. (2015). *Psyhologichne zabezpechennja ta suprovid pidgotovky kvalifikovanyh sportsmeniv*. Kyi'v. Olimpijs'ka literatura.

Guzar', V. N., Shalar, O. G., Norik, A. O. (2014). Vzaimootnoshenija kak aspekt psihologicheskogo klimata zhenskoj futbol'noj komandy. *Fizicheskoe vospitanie studentov*. 2, 8-12. doi: 10.6084/m9.figshare.906307

Guzar, V. M., Shalar, O. G., & Mordjuk, D. (2016). Mizhosobystisni vidnoshennja gandbolistok i i'h vplyv na zmagal'nu dijal'nist'. *Visnyk Chernigivs'kogo nacional'nogo pedagogichnogo universytetu imeni T.G. Shevchenka. (*139). 2, 218-222.
Guzar, Viktor, Sapronova, Julija, & Shalar, Oleg. (2014). Vplyv vol'ovyh jakostej na fizychnu pidgotovlenist' junyh gandbolistok. *Aktual'ni problemy junac'kogo sportu*. 11, 185-189
Guzar, V. M., Shalar, O. G., & Sapronova, Ju. V. (2015). Osnovni aspekty sportyvnoi' formy gandbolistok. *Problemy suchasnoi' valeologii', fizychnoi' kul'tury ta reabilitacii'*. 8, 108-113
Guzar, V. M., Shalar, O. G., & Blyshhyk, O. Je. (2015). Osoblyvosti tehniko-taktychnyh dij vorotariv u komandah ukrai'ns'koi' prem'jer ligy. *Aktual'ni problemy suchasnoi' biologii' ta zdorov'ja ljudyny*. 15, 32-36
Guzar, V. M. (2000). Informacija ta informacijne zabezpechennja fizychnoi' kul'tury i sportu. *Pedagogika, psyhologija ta medyko-biologichni problemy fizychnogo vyhovannja i sportu*. 16, 3-7.
Edelev, O. S., Jefimako, V. O., & Shalar, O. G. (2008). Dydaktyko-vyhovnyj aspekt trenuvannja junyh futbolistok. *Pedagogika, psyhologija ta medyko-biologichni problemy fizychnogo vyhovannja i sportu.* 11, 16-21.
Jegorova, T. A., Strykalenko, Je. A., & Shalar, O. G. (2011). Pedagogichnyj kontrol' za rivnem tehnichnoi' pidgotovlenosti u basketboli. *Fizychne vyhovannja v shkolah Ukrai'ny*. 3(27), 22-26
Zhosan, Igor, Shum, Daryna, Shalar, Oleg, & Strykalenko, Jevgen (2014). Vlastyvosti temperamentu i voli gandbolistok riznogo igrovogo amplua. *Sportyvnyj visnyk Prydniprov'ja*. 1, 40-43
Il'in, E. P. (2009). *Psihologija sporta*. Sankt-Peterburg. Piter.
Kedrovskij, B. G., Shalar, O. G., & Grinevich, A. V. (2013). Vzaimoponimanie trenerov s junymi sportsmenami. *Fizicheskoe vospitanie studentov*. 4, 31-34.
Kenani, Slim Ben Rida (2005). Indykatory psyhologichnogo klimatu sportyvnoi' komandy. (Doctoral dissertation). Kyi'v, Ukrai'na.
Rodionov, A. V., & Rodionov V. A. (2013). *Psihologija detsko-junosheskogo sporta*. Moskva. Fizicheskaja kul'tura.
Strykalenko, Je. A., & Shalar, O. G. (2017). Vplyv intelektual'nyh zdibnostej na efektyvnist' zmagal'noi' dijal'nosti gandbolistok vysokogo klasu. *Visnyk Chernigivs'kogo nacional'nogo pedagogichnogo universytetu imeni T.G. Shevchenka*. (147). 2, 255-258.
Shalar, O. G. Strykalenko, Je. A., & Jemel'janova, Ju. I. (2009). Formuvannja osobystosti junyh futbolistok. *Pedagogika, psyhologija ta metodyko-biologichni problemy fizychnogo vyhovannja i sportu.* 10, 277-280.
Shalar, O. G., Snopova, Ju. A., & Strikalenko, E. A. (2010). Psihologicheskaja sovmestimost' zhenskoj gandbol'noj komandy. *Fizicheskoe vospitanie studentov*. 1, 109-112.
Shalar, O. G., Strikalenko, Є. A., & Ivashhenko, A. V. (2013). Individual'nye svojstva lichnosti kak kriterij vybora stilja igry tennisistok. *Fizicheskoe vospitanie studentov*. 2, 69-73. doi: 10.6084/m9.figshare.156384
Shalar, O. G., Guzar, V. M., Reshotka, N. O. (2019). Sportyvna pidgotovka uchniv liceju na zanjattjah z volejbolu. *Sportyvni igry*. 1 (11), 58-66. http://doi.org/10.5281/zenodo.2543592

**Відомості про авторів / Information about the Authors**

Шалар Олег Григорович*: кандидат педагогічних наук, доцент; Херсонський державний університет: вул. 40 років Жовтня, 27, м. Херсон, 73000, Україна.*

Шалар Олег Григорьевич*: кандидат педагогических наук доцент; Херсонский государственный университет:вул. 40 лет Октября, 27, г. Херсон, 73000, Украина.*

Oleg. Shalar*: PhD (pedagogical sciences), assistant professo; Kherson State University: St. 40 rokiv Zhovtnya 27, Kherson, 73000, Ukraine.*

https://orcid.org/0000-0001-9878-5827

E-mail:: shalar@ksu.ks.ua

Стрикаленко Євгеній Андрійович: *кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент; Херсонський державний університет: вул. 40 років Жовтня, 27, м. Херсон, 73000, Україна.*

Стрикаленко Евгений Андреевич*: кандидат наук по физическому воспитанию и спорту, доцент; Херсонский государственный университет:вул. 40 лет Октября, 27, г. Херсон, 73000, Украина.*

Eugene Strykalenko*: PhD (Physical Education and Sport), assistant professo; Kherson State University: St. 40 rokiv Zhovtnya 27, Kherson, 73000, Ukraine.*

https://orcid.org/*:0000-0001-7686-8736*

Email: strikalenko76@gmail.com

Гузар Віктор Миколайович*, кандидат педагогічних наук, доцент Херсонська державна морська академія, 73009, Херсон, проспект Ушакова, 20.*

Гузарь Виктор Николаевич*, кандидат педагогических наук, доцент, Херсонская государственная морская академия 73009, Херсон, проспект Ушакова, 20.*

Viktor Huzar, *PhD (pedagogical sciences), assistant professor, Kherson State Maritime Academy*

*73000, Kherson, Ushakova avenue, 20*

https://orcid.org/0000-0002-4427-2425

Email: client885@gmail.com