

**УНІВЕРСИТЕТ УШИНСЬКОГО
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ ФІЗИЧНОЇ
КУЛЬТУРИ, СПОРТУ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ**

**КАФЕДРА ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА
СПОРТИВНИХ ДИСЦИПЛІН**

**СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ,
СПОРТУ ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ**

**МАТЕРІАЛИ V МІЖНАРОДНОЇ
ІНТЕРНЕТ-КОНФЕРЕНЦІЇ
17-18 листопада 2021 року**

Одеса
Букаєв Вадим Вікторович
2021

УДК 370.15+371.302.81+613
С916

*Друкується згідно з рішенням Вченої ради Державного закладу
“Південноукраїнський національний педагогічний університет
імені К. Д. Ушинського”
Протокол № 5 від 19.11.2021*

Члени редакційної колегії:

Джуринський П. Б. доктор педагогічних наук, професор, директор навчально-наукового інституту фізичної культури, спорту та реабілітації, Університету Ушинського – голова оргкомітету;

Долгієр Є. В. кандидат з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського

Афтімічук О. Є. доктор педагогічних наук, професор. ДУФВіС (м. Кишинів, республіка Молдова)

Севдалев С. В. кандидат педагогічних наук, доцент, декан факультету фізичної культури Гомельського державного університету імені Франциска Скорини, Гомель, Білорусь;

Башавець Н. А. доктор педагогічних наук, професор, кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського; заступник – голови оргкомітету;

Осіпова І. В. кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського;

Ігнатенко С. О. кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського;

Дроздова К. В. кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського

Сучасні проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини :
С916 матеріали V інтернет-конференції. м. Одеса, 17-18 листопада 2021 р.
Одеса : видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2021. 182 с.

У збірнику матеріалів конференції розглянуті всебічні аспекти організації занять з фізичного виховання, спорту і здоров'я людини.

At the conference proceedings are considered comprehensive aspects of physical education and sports.

УДК 370.15+371.302.81+613.7

© Заклад вищої освіти
«Університет Ушинського», 2021

СПОРТИВНІ ЗДІБНОСТІ І ВІДБІР У ВОЛЕЙБОЛІ

Підгірний О. В. Касьяненко М. М.

Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», Україна

Анотація. Сучасний спорт пред'являє до спортсменів високі вимоги. У волейболі – це універсальність техніко-тактичної підготовки, висока майстерність виконання своєї ігрової функції в команді, високі ростові дані, гарна атлетична підготовка. Тому домогтися гарних спортивних результатів можна, лише володіючи визначеними здібностями до спортивної діяльності, і зокрема до волейболу.

Актуальність полягає у використанні тренерами сучасної методики відбору і навчання на етапі початкового тренування, яка допоможе розкрити потенціал дитини до обраного виду спорту, залучення дітей у спорт для зміцнення здоров'я підростаючого покоління і розвитку особистості.

Здібностями називають властивостями особистості, володіючи якими людина може домогтися успіху в тій чи іншій діяльності [4].

Здібності людини мають потенційний та функціональний плани. Вони виявляються в нахилах, темпі та успішності діяльності, кількісних та якісних показниках праці, в оригінальності вирішень тощо.

Здібності – це комплекс, синтез властивостей людини. Якщо вони відповідають вимогам діяльності, людина може досягти високих результатів. Підставою для передбачення можливостей і здатності людини є властивості вищої нервової діяльності. Сила нервових процесів – показник працездатності нервових клітин та нервової системи в цілому. Міцна нервова система витримує значне і тривале навантаження, слабка – за тих самих умов швидко перевтомлюється [1].

Рівновага – певний баланс збудження і гальмування. Обидва процеси або врівноважуються, або один з них переважає. Рухомість – це швидкість зміни одного процесу іншим. Різні поєднання властивостей нервових процесів зумовлюють існування багатьох типів темпераментів. Розвиток здібностей залежить від задатків, працьовитості і цілеспрямованості учнів. Від первісного відбору залежить успіх оволодіння спортсменами програмним матеріалом, виконання контрольних нормативів і вимог [2].

Дослідження закономірностей формування в школярів рухових навичок і тактичних умінь при навчанні волейболу показують наступне:

1. Учні, що мали досить високі морфологічні показники, як правило, до 18 років зберігають цю перевагу.

2. Учні, що показали високі результати в контрольних іспитах по спеціальній фізичній підготовці, зберігають цю перевагу і на наступних етапах навчання.

3. Учні з досить високими показниками рівня спеціальної фізичної підготовленості досить швидко опановують навичками гри у волейболі тактичні дії.

4. Учні, що показали високі результати в контрольних іспитах по спеціальній фізичній підготовці її техніці гри (у комплексі), відрізняють надані ефективними діями в ігровій обстановці, що змінюється, і в самій грі (Ю.Д.Железняк, 1962). На підставі експериментальних даних (Железняк Ю.Д., Клещов Ю.Н., Чехов О.С., 1967) були розроблені рекомендації з відбору для занять волейболом. [3].

В основу був покладений принцип комплексного обліку показників, які відбивають рівень розвитку визначених здібностей до оволодіння навичками гри у волейбол:

а) фізичні здібності (швидкість складної реакції і відповідних дії, швидкість переміщень зі зміною напрямку, прудкість, рівень розвитку швидкісно-силових якостей;

б) здатність до практичного мислення;

в) здатність до оволодіння технікою гри;

г) швидкість в оволодінні прийомами гри і тактичною діяльністю;

д) антропометричні дані (у першу чергу ростові).

За даними Ю.Д. Железняка (1978) учні, що показали в комплексі кращі результати, мають у своєму розпорядженні великі можливості для успішного оволодіння навичками гри у волейбол. При інших різних умовах перевагу повинні одержувати учні з більш високими ростовими показниками. Одночасно виділяються найбільш значущі фактори, від яких залежать успішність занять і досягнення високих результатів:

1. Стійкий інтерес і схильність до занять волейболом.

2. Вольові якості, працьовитість, старанність, завзятість, звичка систематично займатися фізичною культурою і спортом.

3. Здатності до спортивної діяльності з урахуванням специфіки волейболу (складність ігрової діяльності, взаємодія у команді та узгодженість дій тощо).

4. Рівень розвитку спеціальних навичок, умінь і знань у волейболі.

У дітей може бути інтерес, але немає схильності до занять спортом; є інтерес і схильність, але немає здібностей до волейболу; є здатності, але немає інтересу до нього, нарешті, є і те, і інше – немає спеціальних навичок і умінь. При комплектуванні навчальних груп і відборі дітей для занять волейболом у більш старшому віці вже можна враховувати інтерес і рівень розвитку навичок. У дітей 10-12 років інтереси менш стійкі, їхнє бажання займатися будь-яким видом спорту більше засновано на стихійній тязі до занять спортивного характеру взагалі, чим на міцному інтересі до занять волейболом. Не можна орієнтуватися і на рівень спеціальних навичок, тому що їх індивідуальний спортивний досвід у цьому віці ще може відсутнім. Основну роль тут грає визначення здібностей до оволодіння навичками гри у волейбол. [4].

Організація відбору – на думку Брянкіна С. В., (1987) відбір рекомендується поділяти на 3 етапи. На першому етапі виконується робота, направлена на те, щоб викликати у дітей інтерес до занять волейболом. Вивчають попередні дані про дітей, і в першу чергу стан їх здоров'я, перенесені хвороби.

Тут потрібно спиратись на перелік протипоказань і обмежень до занять волейболом. Важливо визначити коло інтересів дитини, познайомитися з умовами його життя, встановити контакт з батьками і з'ясувати їх відношення до занять дітей волейболом. На другому етапі за допомогою тестів і спеціальних спостережень отримують дані, по яким можна обговорювати про задатки і можливості дітей до оволодіння навичками і вміннями гри у волейбол. Це рівень розвитку фізичних якостей, специфічних для волейболу, тактичного мислення, координації рухів, антропометричних даних, стан здоров'я. Найважливіший принцип – комплексне врахування всіх показників [1].

На другому етапі поступово виділяють можливості, анатоמו-фізіологічні особливості, особливості побудови організму і його функціональні можливості, які особливо важливі у волейболі. Основні висновки роблять на 3 етапі. Відомо, що можливості розвиваються тільки в процесі певної діяльності. Тому обговорювати про можливості дітей в повній мірі можна тільки тоді, коли навчати їх спеціальним навичкам і умінням. Основним показником на 3 етапі є те, наскільки швидко діти оволодіють технікою і тактикою гри, як відносяться до занять і т. п. Це самий тривалий етап, він може тривати від 6 місяців до півтора року. В подальшому юних волейболістів диференціюють за можливостями. Якщо раніше виявлялися можливості і схильність до волейболу взагалі, то в подальшому відборі визначається в плані здібність до найбільш ефективного виконання ігрової функції кожного гравця, найбільш ефективного використання індивідуальних особливостей у складі команди [2].

Література:

1. Губа В. П. Индивидуальная подготовка юных спортсменов. М.: ФиС, 2009. 76 с.
2. Мелихова Т. М. Пути реализации принципов и технологий спортивного отбора и ориентации. Физ. культура: Воспитание. Образование. Тренировка. (ФК:ВОТ), 2007, №2. С. 19-20.
3. Мелихова Т. М. Методологические подходы к реализации технологий спортивного отбора и ориентации. ТиПФК, 2008, №4. С. 71.
4. Сальников В. А. Одарённость и талант как основные условия достижений выдающегося спорт. результата. ФК: ВОТ. 2007, №2. С. 61-66.

ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧНІ ЗАСАДИ РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ У РЕГБІСТІВ

Бандура В. А., Храмова К. А.

Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», Україна

Анотація. У роботі розглянуті питання розвитку координації рухів у процесі спортивної підготовки регбістів. Обґрунтовано, що виконання вправ з координації рухів дозволить регбістам підвищити якість управління рухами в просторі, регуляцію пози тіла на опорі при виконанні рухових тестів і стійкості