

Література

1. Дулібський А.В. Комплексний контроль у процесі підготовки команд з футболу / А.В. Дулібський, Б.А. Виноградський. – К : Практикум з футболу, 2003 – С . 69-78.
2. Качанин Л. Тренінг футболістів / Л. Качанин, Л. Горський – Братислава: Шпорт, 2004. – 288с.
3. Максименко А.М. Основи теорії і методики фізичної культури: учеб. посібник для студентів ВУЗів / А.М. Максименко. М.: Типографія 4-й філіал Воєніздата, 2007. – 320 с.

МЕТОДИКА ВІДБОРУ ТА ВИЗНАЧЕННЯ СПОРТИВНИХ ЗДІБНОСТЕЙ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ У ВОЛЕЙБОЛІ

Прокоф'єва Л. А., Марченко Г.
Університет Ушинського, Україна

Анотація. У статті розглянуто методичний підхід до здійснення спортивного відбору до занять волейболом на етапі початкової підготовки, подано аналіз досліджень сучасних науковців на класифікацію етапів відбору багаторічної підготовки спортсмена, а також характеристику коригувального до спортивного відбору.

Підготовка волейболістів проводиться в кілька етапів, які мають свої специфічні особливості. Головною відмінністю є вік і рівень фізичного розвитку дітей, яких зараховують в ту чи іншу групу підготовки. Для зарахування діти проходять тестування за показниками фізичного розвитку і загальної фізичної підготовленості.

Багаторічна підготовка волейболіста будується на основі системного підходу та методичних положень, які й складають комплекс завдань, вирішуваних у навчально-тренувальному процесі.

При великому охопленні дітей до занять волейболом головним залишається виховання спортсменів високого класу. Для цього протягом усього періоду проводиться відбір найбільш перспективних дітей задля рекомендації в групи підготовки для спорту вищих досягнень.

Головним чинником підготовки юних волейболісток на етапі початкової підготовки – це якість управління тренувальним процесом з боку тренера, використання сучасних технологій і методики тренування, що дозволяє більш надійно визначити спеціальні спортивні здібності до занять волейболом на етапах відбору і спортивної орієнтації та відповідно до цього, озброїти їх таким чином, щоб вони відповідали наступним вимогам змагальної діяльності.

Пошук обдарованих дітей, яким під силу великі навантаження та високі темпи спортивного удосконалення це складний процес, яким займаються багато фахівців. Більшість з них пов'язує спортивний відбір з розпізнавання індивідуальної схильності до визначення спортивної спеціалізації та відбір відносно більш здатних до високих спортивних результатів [1]. Тому мета відбору для початкової спортивної підготовки – визначення придатності до спортивного вдосконалення [2; 3].

У сучасній науково-методичній літературі представлені два основних концептуальних напрямки оцінки здібностей дітей при спортивній орієнтації і відбору. Одні автори (С. Г. Антонов, Н. Ж. Булгакова та ін.) намагалися відразу ж виявити і оцінити здібності дітей до конкретного виду спортивної діяльності, не аналізуючи спортивну обдарованість дитини в цілому. Вибір виду спорту здійснювався за принципом «поглибленої спеціалізації».

Інша група дослідників на початковому етапі підготовки визначали здатності загального плану, пов'язані зі специфікою не одного, а декількох видів спорту. З погляду Л. П. Матвєєва така орієнтація може служити гарантією від помилок у виборі спортивної спеціалізації.

Багаторазові спостереження та експерименти показали, що кваліфікованому тренеру необхідно не менше двох років, щоб не використовуючи наукові методи, поставити більш-менш вірний діагноз придатності до спортивного удосконалення. І судячи з якості відбору у групи початкового навчання, природно, що більшість помилок падає саме на цей період.

В. М. Платонов тісно пов'язує спортивний відбір і орієнтацію з структурою багаторічної підготовки спортсмена і виділяє п'ять етапів відбору встановлення доцільності спортивного

удосконалення в обраному виді спорту [4]:

- первинний етап відбору: виявлення здібностей до ефективного спортивного удосконалення;

- попередній етап відбору: виявлення здібностей до досягнення високих спортивних результатів, перенесення високих спортивних навантажень;

- проміжний етап: виявлення здібностей до високих спортивних результатів;

- основний етап відбору: встановлення здібностей до досягнення результатів міжнародного класу, виявлення здібностей до збереження досягнутих результатів;

- заключний етап відбору.

Детальніше до спортивного відбору підійшов М. С. Бриль, який зазначав, що критерієм класифікації етапів має бути, не відповідність етапам підготовки і не аналогія з біологічною термінологією, а цільова спрямованість етапу.

На думку сучасного автора багатьох публікацій та статей [5], який враховує більш докладне і емпірично обґрунтоване уявлення про системоутворюючу ознаку індивідуальної схильності до спорту – ми можемо отримати протягом розгортання всіх наступних етапів відбору і спортивної кар'єри. Підтвердження або спростування висновків і рекомендацій першого етапу доспортивного відбору ми в змозі отримати вже на другому етапі відбору, який доцільно називати коригуючим (він підтверджується або спростовується по ситуації персонального розвитку дитини).

Коригувальний етап, що проводиться у віці до 7-8 років в будь-якому випадку слід розглядати як етап, перехідний від доспортивного до спортивного відбору. Він пов'язаний з визначенням і оцінкою:

- генетичної детермінованості рухливих здібностей;

- динаміки проявів показників і протипоказань за станом здоров'я в процесі адаптації організму і психіки до фізичних навантажень певного типу;

- темпу і спрямованості можливих біохімічних, морфофункціональних, психофізичних і соціально-психологічних змін за час, що минув з моменту закінчення першого етапу

доспортивного відбору та отримання програмних рекомендацій з розвитку дитини на найближчу перспективу.

Таким чином, часовий проміжок між першим і другим етапами доспортивного відбору (в силу відсутності яскраво виражених кризових і сенситивних періодів, які обумовлюють необхідність і можливість стрибкоподібної зміни, а також через відносно повільного у цьому віці засвоєння і накопичення умінь і навичок) становить, за нашими підрахунками, не менше одного року.

За цей рік достовірно з'ясувати і обґрунтувати факт схильності дитини до занять конкретним видом спорту дуже складно, що для нас абсолютно очевидно. Цілком можливо, що до настання, так званого «найбільш сприятливого віку» для початку занять певним видом спорту етап коригуючого доспортивного відбору або перехідний етап буде потрібно повторити ще через один рік з метою отримання більш-менш достовірної інформації про зміни, що відбуваються. У такому випадку його буде логічно назвати корекційним чи коригуючим перехідним етапом другого порядку.

На закінчення доцільно констатувати наступне. Розширення вікових меж спортивного відбору в область раннього дитинства, початок його проведення з 4-6 річного віку – це не що інше, як масовий соціально-спортивний експеримент, експеримент за участю дитячого контингенту. А раз так, то і проводиться він повинен не похапцем, а дуже і дуже обережно і обґрунтовано на кожному своєму етапі. Просто так, механічно екстраполювати дані про закономірності спортивного відбору на відбір доспортивний не можна, та й неможливо (в силу відсутність шкали чітко виражених інтервальних або рангових залежностей між уже відомими показниками в різних більш старших вікових групах).

Значить, багато що належить робити і осмислювати вперше, в повному обсязі детально звіряючи власні дії з існуючою загальною і науковою етикою. І тільки після закінчення даного експерименту можна буде судити про те, в якій мірі тенденція оптимізації є більш значною у порівнянні з тенденцією екстремалізації в спортивному відборі, або навпаки.

Висновки. Ознайомившись з науково-методичними роботами фахівців, завдяки проведеним дослідженням і педагогічним спостереженням, розраховуємо на те, що наші рекомендації сприятимуть якості підготовки спортивних резервів у волейболі.

Література:

1. Бриль М. С. Отбор в спортивных играх / М.С.Бриль. — М.: ФиС, 1980. — 127с.
2. Вайцеховский С. М. Книга тренера/С. М. Вайцеховський. — М.: ФиС, 1971. — 293с.
3. Волков В. М. Спортивный отбор (медико-биологический очерк) / В.М. Волков. — Смоленск, 1979. — 110с.
4. Максименко И.Г. Теоретико-методические основы многолетней подготовки юных спортсменов в спортивных играх: автореф. дис. ... на соискание уч. степени д. физ. вос: спец. 24.00.01./ И.Г. Максименко «Олимпийский и профессиональный спорт». - К., 2011. - 46 с.
5. Передельский А.А. Проблема раннего отбора в спорт и экстремальные аспекты ее решения / А.А. Передельский // Теория и практика прикладных и экстремальных видов спорта. — 2016. — № 1 (38). — С. 64-69.

СПЕЦИФІКА ПОБУДОВИ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ З БАСКЕТБОЛУ ДЛЯ ДІТЕЙ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Прокоф'єва Л. А., Ступак О.
Університет Ушинського, Україна

Анотація. У статті розглянуто специфіку основних закономірностей побудови спортивного тренування з баскетболу з урахуванням видів підготовки – теоретичної, технічної, тактичної, психологічної, фізичної та інтегральної, адже задля досягнення рівня вищих спортивних показників в обраному виді спорту, та його покращення, потрібне подальше удосконалення системи підготовки команди і гравців.

Сучасний рівень спортивних досягнень у баскетболі надзвичайно високий і має явну тенденцію до подальшого зростання технічної та тактичної майстерності спортсменів, які займаються цим видом спорту. Щоб досягти рівня вищих спортивних досягнень в обраному виді спорту, а тим паче перевершити його, потрібне подальше удосконалення системи