

14. Слинявчук К. Історія Спеціальної Олімпіади України / К. Слинявчук, Л. Карпенко // Оздоровча і спортивна робота з неповносправними : зб. наук. ст. з проблем фіз. виховання і спорту та фіз. реабілітації неповносправних. – Л. : Ахіл, 2003. – Вип. 1. – С. 81-85.
15. Чудна Р. В. Теорія адаптивного фізичного виховання : [монографія] / Р. В. Чудна. – К. : Наукова думка, 2003. – 370 с.
16. Perederiy A. Structure and contents of training programs of Special Olympics / Perederiy A., Borovska O., Slisenko O. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: наук. моногр. [за ред. С.С. Єрмакова] – Х. : ХДАДМ, 2007. – №10. – С. 150-152.

УДК 799.322:796.015.3

ЗНАЧУЩІСТЬ КОМПОНЕНТІВ ТЕОРЕТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ НА РАННІХ ЕТАПАХ БАГАТОРІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У СТРІЛЬБІ З ЛУКА

Пітин М.П., к.фіз.вих., доцент, Стецькович Н.М., студент, Хитров Є. І., аспірант

Львівський державний університет фізичної культури

У статті розглянуто роль теоретичної підготовки у системі багаторічної підготовки спортсменів. Висвітлено важливість компонентів теоретичної підготовки спортсменів-лучників на ранніх етапах багаторічної підготовки за допомогою методу експертної оцінки.

Ключові слова: стрільба з лука, теоретичні знання, етапи підготовки спортсменів.

Питын М.П., Стецькович Н.М., Хитров Е.И. ЗНАЧИМОСТЬ КОМПОНЕНТОВ ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ НА РАННИХ ЭТАПАХ МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ В СТРЕЛЬБЕ ИЗ ЛУКА / Львовский государственный университет физической культуры, Украина.

В статье рассматривается роль теоретической подготовки в системе многолетней подготовки спортсменов. Освещена важность компонентов теоретической подготовки спортсменов-лучников на ранних этапах многолетней подготовки с помощью метода экспертной оценки.

Ключевые слова: стрельба из лука, теоретические знания, этапы подготовки спортсменов.

Pityn M.P., Stetskovych N.M., Khitrov E.I. THE SIGNIFICANCE PART THEORETICAL TRAINING IN EARLY STAGES OF PREPARATION YEARS IN ARCHERY / Lviv state university of physical culture, Ukraine.

The article considers the role of theoretical knowledge in the system of training athletes. Deals with the importance of the components of the theoretical training of athletes, archers early years of preparation by the method of peer review.

Key words: archery, theoretical knowledge, stages of training athletes.

ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ. АНАЛІЗ ОСТАННІХ ДОСЛІДЖЕНЬ ПУБЛІКАЦІЙ

Теоретична підготовка є одним з напрямів підготовки спортсмена та визначається оволодіння знаннями, що мають відношення до спортивної діяльності (історія, теорія і методика спорту, фізіологія, гігієна, лікарський контроль, організація і суддівство змагань та ін.). Достатній рівень теоретичної підготовки дає спортсмену можливість розуміти зміст тренувального процесу [1, 3, 6].

Сформована в країні система підготовки спортсменів у стрільбі з лука, як свідчать результати теоретичного аналізу, на відміну від інших видів спорту вже сьогодні має потребу у формуванні нових концептуальних підходів до організації й побудови

тренувального процесу на всіх етапах досягнення вищої спортивно-технічної майстерності, включаючи створення науково-обґрунтованої програмно-методичної бази, підготовки кваліфікованих тренерів та ін.

Подальший ріст спортивної результативності у спортсменів обумовлений правильним вибором стратегічних напрямків розвитку теорії і практики спортивної підготовки, пошуку резервів їх вдосконалення, використанням нетрадиційних різноспрямованих шляхів вирішення певного рухового завдання [1, 4, 5].

Мета дослідження: визначити вагомість та зміст теоретичної підготовки стрільців з лука на ранніх етапах багаторічної підготовки.

Завдання дослідження:

1. Охарактеризувати теоретичну підготовку у системі підготовки спортсменів;
2. Визначити вагомість знань зі стрільби з лука для спортсменів на ранніх етапах підготовки.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення, порівняння, експертна оцінка, методи математичної статистики.

Виклад основного матеріалу. Спортивне тренування висуває високі вимоги до всіх систем організму спортсменів у зв'язку з систематичними навантаженнями, які поступово зростають [6].

Теоретична підготовка передбачає збагачення спеціальними знаннями у сфері фізичної культури і спорту, їх систематичне осмислене розширення і поглиблення. Освоєння спеціальних знань по стрільбі з лука в єдності з практичними вміннями і навиками складає основу для досягнення високого спортивного результату [5].

Зростання майстерності тісно пов'язане з необхідністю підвищення знань, особливо в області обраного виду спорту. У зв'язку з цим виділяють спеціальну теоретичну підготовку. Роль теоретичних знань тренера і спортсмена в області обраного виду спорту, зокрема у стрільбі з лука, і методики підготовки провідних спортсменів в сучасних умовах зростає. Під час підготовки спортсмена слід враховувати його фізичну підготовленість та індивідуальні особливості [8].

Метою теоретичної підготовки є підвищення освіченості спортсмена-лучника. [4]. Для кожного з етапів підготовки в структурі теоретичної підготовки стрільців з лука можна виділити спільні та відмінні ознаки [7, 8].

Для об'єктивізації змісту теоретичної підготовки спортсменів-лучників на ранніх етапах багаторічної підготовки нами використано метод експертної оцінки. У процесі його реалізації була розроблена анкета для експертів – фахівців у галузі стрільби з лука, що мають звання “Заслужені тренери України”, тренери вищої категорії зі стажем роботи понад 10 років.

Анкета складалася з 2 частин: I – теорії стрільби з лука; II – Олімпізм.

При формуванні першого блоку запитань було поставлено за мету визначити постаті спортсменів, тренерів та спортсменів – паралімпійців, інформація про яких потребує включення у систему знань початківців. Для конкретизації за основу взяті результати українських спортсменів з початку незалежності України. Проте результати українських спортсменів за 1991 та 1992 роки не розглядалися, що пов'язано з виступами у складі збірної команди Союзу Незалежних Держав. Таким чином, до цього списку увійшли чемпіони і призери Чемпіонатів Європи (м. Камбрілісі, Іспанія, 2011 р.; м. Пореч, Хорватія, 2010 р.), Чемпіонатів світу (м. Анталія, Туреччина, 1993 р.; м. Вікторія, Канада, 1997 р.; м. Нью-Йорк, США, 2003 р.), Ігор Олімпіад (м. Атланта, США, 1996 р.; м. Сідней, Австралія, 2000 р.; м. Афіни, Греція, 2004 р.; м. Пекін, Китай, 2008 р.).

За результатами експертної оцінки було визначено пріоритетність формування знань щодо провідних спортсменів-стрільців України [4]. Вагомими для розгляду спортсменів – початківців були визначені теоретичні знання про Рубана Віктора (7,0 балів), Садовнічу Олену (7,0 балів), Грачова Дмитра (6,8 балів), Палеху Катерину (5,8 балів). Інші спортсмени набрали дещо нижчу кількість балів (табл. 1).

Таблиця 1 – Оцінки експертів щодо формування знань про відомих стрільців з лука у спортсменів – початківців

Чоловіки	Рейтинг	Жінки	Рейтинг
Рубан Віктор	7,0	Садовніча Олена	7,0
Грачов Дмитро	6,8	Палеха Катерина	5,8
Івашко Маркіян	4,8	Бурдейна Наталія	5,6
Пархоменко Ігор	4,8	Коваль Вікторія	5,6
Сердюк Олександр	4,8	Белуха Наталія	4,8
Антонов Сергій	4,6	Сумко Катерина	4,8
Забродський Станіслав	4,6	Герасименко Ліна	4,8
Шкільний Костянтин	4,0	Бережна Тетяна	4,6
Євцький Валерій	3,0	Дорохова Тетяна	4,0

Обґрунтуванням такого розподілу місць у рейтингу може бути те, що В. Рубан – чемпіон Ігор XXIX Олімпіади, бронзовий призер Ігор XXVIII Олімпіади і Д. Грачов – бронзовий призер Ігор XXVIII Олімпіади. Ці спортсмени очолюють національний рейтинг України і є рекордсменами світу (м. Огден, США, 2011 р.) та претендують на участь в Іграх XXX Олімпіади (м. Лондон, Велика Британія, 2012 р.).

Беззаперечним лідером, за необхідністю формування теоретичних знань серед жінок експерти визначили Садовнічу Олену. Вона бронзовий призер Ігор XXVI Олімпіади (м. Атланта, США, 1996 р.) срібний призер Ігор XXVII Олімпіади (м. Сідней, Австралія, 2000 р.) та Палеху Катерину – рекордсменку України (м. Черкаси, Україна, 2000 р.), рекордсменку Європи у складі команди (м. Турин, Італія, 2008 р.), учасницю Ігор XXVII Олімпіади в (м. Афіни, Греція, 2004 р.), чемпіонка світу 2011 р. (м. Огден, США). Слід зазначити, що Коваль В. – учасниця Ігор XXIX Олімпіади в Китаї, член збірної команди України, срібна призерка Кубка світу (м. Единбург, Шотландія, 2010 р.) набрала однакову кількість балів разом із Бурдейною Н. (5,6 бали).

Склад тренерів визначався у відповідності до досягнень спортсменів, наставниками яких вони є. До опитування були включені ті тренери, під керівництвом яких спортсмени демонстрували вагомні результати на змаганнях міжнародного рівня. Беззаперечними лідерами стали: Хусківадзе М.К. (6,8 балів), Сидорук В.В. (6,8 балів) (табл. 2).

Таблиця 2 – Оцінки експертів щодо формування знань про відомих тренерів зі стрільби з лука у спортсменів – початківців

Тренери	Рейтинг
Хусківадзе М. К.	6,8
Сидорук В. В.	6,8
Ніколаєв О. М.	6,4
Міненко В. А.	6,2
Михайленко В. А.	6,2
Сгоров А. І.	5,8
Прокопенко Л. Ц.	5,8
Михайленко Н. Д.	5,8
Гавелко М. П.	5,6
Сердюк В. А.	5,4
Коваль М. А.	4,0

Це може бути пов'язане з тим, що вони є фундаторами стрільби з лука як виду спорту в Україні, здобули значні спортивні досягнення та на сьогодні активно працюють в своїй галузі.

Окрім цього, варто зазначити, що Хускivadзе М.К. – на сьогодні у віці 92 роки активно продовжує тренерську діяльність. Він є головним тренером національної паралімпійської команди України зі стрільби з лука, координатор стрільби з лука української федерації спорту інвалідів; заслужений тренер України зі стрільби з лука, наставник відомих спортсменів, які зараз працюють успішними тренерами: Гавелко М.П, Образцової Т.О., і т.д. Наставник Валентини Ковпан – срібного призера Ігор ХХІ Олімпіади (м. Монреаль, Канада, 1976 р.), яка принесла першу олімпійську нагороду зі стрільби з лука для Львівщини та Сергія Атаманенка – срібного призера Паралімпійських Ігор (м. Сідней, Австралія, 2000 р.).

Сидорук В.В. – головний тренер збірної команди України, один із засновників стрільби з лука в Україні та в Радянському Союзі. Перший абсолютний чемпіон Союзу (1963 р.), згодом абсолютний чемпіон Європи (1970 р.) і світу (1973 р.). Працював зі збірними командами Іспанії та Італії, спортсмени яких здобули олімпійські медалі (1992, 1996, 2000 рр.).

Окремою складовою першого розділу анкети розглядалися спортсмени – паралімпійці. Нами не вказувалися конкретні прізвища, а пропонувалося назвати тих спортсменів – паралімпійців, які гідні бути представлені у системі теоретичних знань спортсменів-початківців у стрільбі з лука. За основу взято те, що спорт інвалідів є однією з форм існування спорту в суспільстві [6].

Експерти відзначили, що формувати знання про спортсменів – паралімпійців у системі теоретичних знань серед початківців необхідно. Більшість експертів відзначили, що це люди, в яких варто перейняти силу духа і волю до перемоги.

Серед таких спортсменів варто відзначити Атаманенка Сергія та Гутника Романа. Сергій Атаманенко – срібний призер Паралімпійських Ігор в Сідней (2000 р.). Роман Гутник – учасник трьох Паралімпійських Ігор, неодноразовий чемпіон Європи (2006 р.).

Другий блок запитань стосувався техніки спортивної вправи у стрільбі з лука. За основу взято вагомість технічної підготовки спортсменів на ранніх етапах багаторічної підготовки.

Таблиця 3 – Оцінки експертів щодо формування знань про техніку спортивної вправи у стрільбі з лука на різних етапах підготовки спортсменів

Етапи підготовки	Загальна структура пострілу	Деталі техніки пострілу	Методики технічної підготовки	Характерні помилки під час виконання пострілу
Початкової підготовки	5,2	3,0	3,2	3,8
Попередньої базової підготовки	5,2	3,6	4,6	4,8
Спеціалізованої базової підготовки	5,4	5,0	5,4	4,8
Підготовки до вищих досягнень	5,6	4,8	6,4	5,2

Проте метою нашого дослідження було не з'ясувати наповненість знань про техніку пострілу, а визначити важливість її формування на ранніх етапах багаторічної підготовки.

На етапі початкової підготовки низький рівень значущості мають деталі техніки пострілу (3,0 бали), середній – характерні помилки під час виконання пострілу (3,8

бали) та методики технічної підготовки (3,2 бала), високий – інформація про загальну структуру техніки пострілу (5,2 бала).

На етапі попередньої базової підготовки середній рівень мають деталі техніки пострілу (3,6 бали), методики технічної підготовки (4,6 бала), характерні помилки під час пострілу (4,8), високий – загальна структура техніки пострілу (5,2 бала).

На етапі спеціалізованої базової підготовки середній рівень мають такі складові запитання: загальна структура пострілу, деталі виконання пострілу, методики технічної підготовки (5,0 - 5,4 бали відповідно), середній – характерні помилки під час виконання пострілу (4,8 бали).

На етапі підготовки до вищих досягнень високий рівень мають такі компоненти запитання: загальна структура пострілу, методики технічної підготовки та характерні помилки під час виконання пострілу (5,2 – 6,4 бали), середній – деталі виконання пострілу (4,8 бали).

Таблиця 4 – Оцінки експертів щодо формування знань про спортивний інвентар на ранніх етапах підготовки спортсменів

Етапи підготовки	Еволюція спортивного інвентарю	Структура лука	Підбір інвентарю	Виробники спортивного інвентарю	Різновиди стрільби з лука
Початкової підготовки	3,6	2,8	1,4	2,2	3,2
Попередньої базової підготовки	4,2	4,0	3,0	3,2	3,6
Спеціалізованої базової підготовки	4,0	5,2	5,4	4,8	4,8
Підготовки до вищих досягнень	4,4	5,4	6,4	5,8	5,2

Третій блок запитань стосувався спортивного інвентарю та його значення у підготовці стрільців з лука на різних етапах багаторічної підготовки.

На етапі початкової підготовки низький рівень мають: структура лука, підбір інвентарю, виробники спортивного інвентарю (1,4 – 2,8 бали), середній - різновиди стрільби з лука (3,2 бали), еволюція спортивного інвентарю (3,6 бали). Це можна пояснити формуванням більш пріоритетних знань для спортсменів на цьому етапі. Наприклад – загальна структура техніки пострілу (табл. 3), формування мотивації до занять спортом, інформація про відомих спортсменів, розвиток стрільби з лука і т.д.

На етапі попередньої базової підготовки низький рівень має підбір інвентарю (3,0 бали), середній – еволюція спортивного інвентарю, структура лука, виробники спортивного інвентарю, різновиди стрільби з лука (3,2 – 4,2 бали). Спортсмени, які знаходяться на цьому етапі, більш досвідченіші у порівнянні із спортсменами на етапі початкової підготовки для отримання детальнішої інформації про інвентар.

На етапі спеціалізованої базової підготовки середній рівень мають такі складові запитання: еволюція та виробники спортивного інвентарю, різновиди стрільби з лука (4,0 - 4,8 бали), високий – структура лука та підбір інвентарю (5, 2; 5,4 бали). На цьому етапі підготовки доцільно спортсменам знати особливості інвентарю, адже у спортивному результаті матеріальна частина відіграє вагоме значення.

На етапі підготовки до вищих досягнень середній рівень має інформація про еволюцію спортивного інвентарю (4,4 бали), високий – структура лука, підбір інвентарю, виробники спортивного інвентарю, різновиди стрільби з лука (5,2 – 6,4 бали). Досвід спортсменів дозволяє експериментувати із матеріальною частиною, щоб підвищити свій результат.

Четвертий блок стосувався Олімпізму, тобто ролі Олімпійської освіти у теоретичній підготовці стрільців з лука на різних етапах багаторічної підготовки спортсменів [3].

Таким чином, на етапі початкової підготовки низький рівень мають знання про: Міжнародний Олімпійський комітет, Міжнародну Олімпійську Академію, президентів Міжнародного Олімпійського комітету (2,4 – 2,8 бали). Середній – види спорту в Олімпійській програмі, Олімпійська Україна, “Чесна гра”, спортивне мистецтво, Олімпійські ігри Стародавньої Греції, період Відродження Олімпійських Ігор, Олімпійська символіка (3,2 – 4,4 бали).

На етапі попередньої базової підготовки середній рівень мають знання про всі складові запитання: Олімпійські ігри Стародавньої Греції, період Відродження Олімпійських ігор, Олімпійську символіку, види спорту в Олімпійській програмі, Олімпійську Україну, “чесну гру”, спортивне мистецтво, Олімпійську Хартію, Міжнародний Олімпійський комітет, президенти Міжнародного Олімпійського комітету, Міжнародна Олімпійська Академія (3,4 – 4,8 бали).

На етапі спеціалізованої базової підготовки середній рівень мають знання про: Олімпійську Україну, спортивне мистецтво, Олімпійську Хартію, Міжнародну Олімпійську Академію (4,6 – 5,0 бали), високий – Олімпійські ігри Стародавньої Греції, період Відродження Олімпійських ігор, Олімпійську символіку, види спорту в Олімпійській програмі, “чесна гра”, Міжнародний Олімпійський комітет, президенти Міжнародного Олімпійського комітету (5,2 – 5,8 бали).

На етапі підготовки до вищих досягнень високий рівень мають всі складові запитання: Олімпійська символіка, види спорту в Олімпійській програмі, Олімпійська Україна, Олімпійські ігри Стародавньої Греції, період Відродження Олімпійських ігор, “чесна гра”, спортивне мистецтво, Олімпійська Хартія, Міжнародний Олімпійський комітет, Міжнародна Олімпійська Академія, президенти Міжнародного Олімпійського комітету (5,2 – 6,4 бали).

ВИСНОВКИ

Залежно від етапу підготовки та кваліфікації спортсмена зміст теоретичної підготовки змінюється. На початкових етапах початкової підготовки та попередньої базової підготовки основу теоретичної підготовки складають знання про історію зародження та розвитку стрільби з лука, відомих спортсменів, загальну структуру техніки, інформація про структуру лука. Тобто зміст інформації носить характер ознайомлення, пізнання про вид спорту.

На етапах спеціалізованої базової підготовки та підготовки до вищих досягнень набувають пріоритетності знання про відомих спортсменів та тренерів у обраному виді спорту. Так, першочергового розгляду в теоретичній підготовці стрільців з лука потребує інформація про спортсменів та тренерів, а також структуру лука, особливості підбору інвентарю та виробників спортивного інвентарю.

Перспективи подальших досліджень передбачають визначення рангу складових теоретичної підготовки спортсменів на ранніх етапах підготовки в стрільбі з лука.

ЛІТЕРАТУРА

1. Булатова М.М. Теоретико-методичні аспекти реалізації функціональних резервів спортсменів вищої кваліфікації / М. М. Булатова. – К., 1997. – 122 с.
2. Виноградський Б.А. Теоретико-методичний аспект моделювання спеціальної підготовленості лучників. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.archery.lviv.net/ua/default1.htm>.

3. Історія стрільби з лука ХХ століття. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.noc.lviv.ua/wcontent/uploads/2011/.../istoriya_strelbyi_iz_luka.doc/
4. Історія стрільби з лука. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://ostriv.in.ua/index.php?option=com_content&task=view&id=5088&Itemid=-5/
5. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов / Л. П. Матвеев. – К: Олімпійська література, 1999. – 105 с.
6. Навчальна програма зі стрільби з лука для ДЮСШ. – К., 2010. – 36 с.
7. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В. Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2004. – 89 с.
8. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте: история развития и современное состояние / В. Н. Платонов // Наука в олимпийском спорте. –1999. – С. 32.
9. Пятков В.Т. Удосконалення науково-методичного забезпечення підготовки спортсменів у стрілецьких вправах [Електронний ресурс] / В.Т. Пятков // Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. – 2003. – № 7. – С. 24-31.

УДК 796.325-055.2

ОСОБЛИВОСТІ ДИНАМІКИ ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ВОЛЕЙБОЛІСТОК ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ НА РІЗНИХ ЕТАПАХ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ

Попов С.М., доцент, Караулова С.І., к. фіз. вих., доцент, Попов С.С., студент,
*Д'якова Ю.В., учитель

*Запорізький національний університет
Запорізька гімназія №31

Проведено вивчення рівня загальної, спеціальної фізичної працездатності та функціонального стану системи енергозабезпечення організму волейболісток команди «Орбіта-Університет» (м. Запоріжжя) у підготовчому періоді. Представлені в дослідженні експериментальні матеріали дозволили констатувати, що під впливом прийнятої в команді системи тренувальних занять, у спортсменок спостерігається виражена оптимізація спеціальної, загальної фізичної працездатності та функціонального стану системи енергозабезпечення організму.

Ключові слова: волейболістки, функціональна підготовленість, загальна і спеціальна фізична працездатність, системи енергозабезпечення, підготовчий період.

Попов С.Н., Караулова С.И., Попов С.С., Дьякова Ю.В. ОСОБЕННОСТИ ДИНАМИКИ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ВОЛЕЙБОЛИСТОК ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ НА РАЗНЫХ ЭТАПАХ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА / Запорожский национальный университет, *Запорожская гимназия №31, Украина.

Проведено изучение уровня общей, специальной физической работоспособности и функционального состояния системы энергообеспечения организма волейболисток команды «Орбита-Университет» (г. Запорожье) в подготовительном периоде. Представленные в исследовании экспериментальные материалы позволили констатировать, что под влиянием принятой в команде системы тренировочных занятий, у спортсменок наблюдается выраженная оптимизация специальной, общей физической работоспособности и функционального состояния системы энергообеспечения организма.