

нового прийому, проводили його у сполученні з іншими на різних ділянках тіла свого партнера, з одного боку під диктовку викладача, а з іншого самостійно. На завершальному етапі оволодіння усіма прийомами, студентам пропонувалась рольова гра, в межах типового сценарію, згідно якому масажна процедура проводилась самостійно, як оздоровчий вид масажу, однаковий для всіх.

Після лекцій з видів спортивного та реабілітаційного масажу, практичні заняття проводились в межах ділової гри за умовною ситуацією максимально приближеною до майбутньої професійної діяльності. Тут враховувалась спортивна спеціалізація її учасників, певна умовна ситуація: змагання, тренування, характер умовної спортивної травми. Підсумковий контроль проводився у вигляді тестового контролю, який вміщував питання з усіх розділів навчальної програми з дисципліни «Масаж»

**Висновки.** Таким чином, проведене дослідження дозволяє зробити наступні висновки:

1. Проблема мотивації навчання у ВНЗ, у майбутніх фахівців фізичної культури, набуває все більшої актуальності;

2. При аналізі мотивації навчальної діяльності під час вивчення дисципліни «Масаж», домінуючими визначено пізнавальні мотиви;

3. Проведення занять у формі ділової гри, тобто в межах умовної ситуації, максимально наближеної до обставин професійної діяльності, сприяло розвитку креативності студентів та підвищенню їх інтересу і активності при опануванні дисципліни, що вивчають.

**Подальші дослідження** в даному напрямку будуть спрямовані на вивчення факторів здоров'язбереження організму фахівців фізичної культури засобами різних систем масажу.

#### Література

1. Гриньова В.М. Формування педагогічної культури майбутнього вчителя (теоретичний та методичний аспекти): автореф. дис. на здобуття наук. ступеня доктора пед. наук: спец. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» / В.М. Гриньова. – К., 2001. – 45 с.

2. Єфіменко П.Б. Домінуючі мотиви майбутніх реабілітологів при вивченні дисципліни «Лікувальний масаж» / П.Б. Єфіменко // Слобожанський науково-спортивний вісник: [наук. – теорет. журн.] – Харків: ХДАФК, 2015. - № 2(48). – С. 81-84.

3. Єфіменко П.Б. Педагогічні умови забезпечення різнорівневої професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури: автореф. дис. ... канд. пед. наук. 13.00.04 / П.Б. Єфіменко – Харків, 2003. – 19 с.

4. Єфіменко П.Б. Розвиток професійної підготовки студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту на практичних заняттях зі спортивного масажу / П.Б. Єфіменко // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). – К.: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2014. - випуск 3К(45)14. – С.72-77.

5. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. - СПб.: Питер, 2002. - 512 с.

6. Kanishcheva O.P. Motyvy ta motyvatsiia pry vykladanni dystsyplyny «Masazh» / O.P. Kanishcheva, P.B. Yefimenko // Ynnovatsyonne naprevleniya rekreatsyy, fyzycheskoi reabylytatsyy u zdorovesberehaiushchykh tekhnolohiyi: Sb. statei IV mezhdunarodnoi nauchnoi konferentsyy, 28-29 noiabria 2013 hoda. – Kharkov-Belhorod-Krasnoiarsk: KhDAFK, 2013. – S. 113-116.

7. Pidkopai D.O. Sportyvnyi masazh: navch. posibnyk / D.O. Pidkopai. – Kharkiv: Kolehium, 2015. – 176 s.

8. Rudenko R.Ie. Vplyv vidnovnoho masazhu na spetsialnu pratsezdannist kvalifikovanykh bortsiv ta vazhkoatletiv u peredzmahalnomu mezotsykli: avtoref. dys. kand. nauk. 24.00.01 / R.Ie. Rudenko – Lviv, 2006. – 20 s.

9. Rudenko R.Ie. Dystsyplina «Masazh» u protsesi formuvannia maibutnoho fakhivtsia z fizychnoho vykhovannia ta sportu / R.Ie. Rudenko // Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu im. T.H. Shevchenka. – Chernihiv: ChNPU, 2013. – Vyr. 112, T2. – S 242-244.

**Киричок М. Ю., Приходько М. Ю.**

**Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова**

### ОСОБЛИВОСТІ ВІДБОРУ ПЕРСПЕКТИВНИХ ДІТЕЙ ДЛЯ ЗАНЯТЬ ГАНДБОЛОМ

*У статті висвітлено особливості відбору перспективних дітей для занять гандболом. Із цією метою проаналізовано особливості відбору перспективних дітей для занять гандболом та встановлено, що спортивний відбір – це комплекс організаційно-методичних заходів, що включають педагогічні, психологічні, соціологічні і медико-біологічні методи дослідження, на основі яких оцінюються здібності дітей, підлітків, юнаків до досягнення високих спортивних результатів у тому чи іншому виді спорту. Встановлено, що проблема відбору перспективних дітей для занять гандболом завжди була актуальною, оскільки гандбол це гра з постійно мінливим темпом, значною варіативністю рухів, емоційним напруженням, - усе це висуває підвищені вимоги до рухової, функціональної і психічної діяльності спортсмена.*

**Ключові слова:** особливості відбору, перспективні діти, заняття гандболом, спортивні ігри.

**М. Ю. Киричок, М. Ю. Приходько. Особенности отбора перспективных детей для занятий гандболом.** В статье освещены особенности отбора перспективных детей для занятий гандболом. С этой целью проанализированы особенности отбора перспективных детей для занятий гандболом и установлено, что спортивный отбор это комплекс организационно-методических мероприятий, включающих педагогические, психологические, социологические и медико-биологические методы исследования, на основе которых оцениваются способности детей, подростков, юношей до достижения высоких спортивных результатов в том или ином виде спорта. Установлено, что проблема отбора перспективных детей для занятий гандболом всегда была актуальной, поскольку гандбол это игра с постоянно меняющимся темпом, в значительной вариативностью движений, эмоциональным напряжением, - все это предъявляет

повышенные требования к двигательной, функциональной и психической деятельности спортсмена.

**Ключевые слова:** особенности отбора, перспективные дети, занятия гандболом, спортивные игры.

**M. Y. Kirichek, M. Y. Prikhodko. Features of selection of perspective children for employment by handball.** In the article features of selection of perspective children for employment by handball are highlighted. For this purpose, the features of selection of promising children for handball have been analyzed and it is established that sports selection is a complex of organizational and methodical activities, including pedagogical, psychological, sociological and medical-biological research methods, on the basis of which the abilities of children, teenagers, sports results in a particular sport. It has been established that the problem of selection of promising children for handball has always been relevant, since handball is a game with a constantly changing pace, in a significant variability of movements, emotional tension - all this places high demands on the motor, functional and mental activity of the athlete.

Accelerated progress in modern sports and a significant increase in competition in the international sports arena put forward high demands on the process of sports improvement. Along with the methodically correctly constructed training process, high efficiency of selecting promising athletes at all stages of preparation is necessary.

Handball is a group of situational (non-standard-changing) sports that are characterized by variation of conditions and lack of stereotyping in the execution of movements and background of direct contact with rivals. Therefore, in the process of selecting promising athletes in the team it is expedient to use those indicators that are of great importance for achieving a high competitive result. In a handball one of the most important actions is a ball throwing into the goal. It is precisely from the spatial-temporal accuracy of throws that the effectiveness of the game depends on the attack.

There is every reason to believe that the technique of training in handball is, first of all, due diligence of certain technical skills and tactics, the concentrated development of special physical abilities on the ground, however, does not create the necessary conditions for improving the psycho-physiological abilities that underlie the formation of coordination abilities.

**Key words:** selection features, perspective children, handball, sports games.

**Постановка проблеми.** Прискорений прогрес сучасного спорту та значне загострення конкуренції на міжнародній спортивній арені висувають високі вимоги до процесу спортивного вдосконалення. Поряд з методично правильно побудованим навчально-тренувальним процесом необхідною є висока ефективність відбору перспективних спортсменів на всіх етапах підготовки (Л. Волков, В. Платонов та ін.).

Також актуальність теми зумовлена тим, що гандбол належить до групи ситуаційних (нестандартно змінюваних) видів спорту, що характеризуються варіативністю умов та відсутністю стереотипності у виконанні рухів та тлі безпосереднього контакту з суперниками. Тому у процесі відбору перспективних спортсменів у команду доцільно використовувати ті показники, які мають велике значення для досягнення високого змагального результату. У гандболі однією з найважливіших дій є кидок м'яча у ворота. Саме від просторово-часової точності кидків залежить результативність гри в нападі [7; 10; 12].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Вивчення наукової літератури свідчить, що останніми роками здійснено ряд досліджень, присвячених окремим аспектам вирішення проблеми особливостям відбору перспективних дітей для занять гандболом. Це, насамперед, дослідження просторово-часової точності кидків у гандболі (Т. Кропивницька, С. Кушнірюк); питання взаємодії рухових і вегетативних функцій під час м'язової діяльності вивчалось (О. Приймаков, А. Ровний); однак проблема особливості відбору перспективних дітей для занять гандболом за сучасних умов досліджена недостатньо й потребує уточнень.

**Мета дослідження** – теоретично розкрити особливості відбору перспективних дітей для занять гандболом.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** На основі аналізу наукової літератури є всі підстави вважати, що методика тренування в гандболі перш за все ретельну відпрацювання певних технічних навичок і тактичних умінь, концентроване розвиток спеціальних фізичних здібностей, в місці з тим не створює необхідних умов для вдосконалення психофізіологічних здібностей, що лежать в основі формування координаційних здібностей. Загальноприйняті форми організації занять хоча і включають діяльність в умовах просторово-часової та альтернативної невизначеності, однак, ці умови, як правило, бувають однотипними і незабаром стають звичними для займаються. У зв'язку з цим, з одного боку, необхідно розумно варіювати умови тренування, прагнучи систематично ставити займаються в ситуації, що вимагають від них прояву винахідливості, здатності до експромтним дій, з іншого, поступово підвищувати обсяг спеціалізованих вправ тощо.

Слід зазначити, що результативність нападаючих дій в гандболі залежить від швидкості, точності й сили кидка, стійкості в екстремальних ситуаціях, ігрової витривалості, обсягу поля зору, концентрації уваги, швидкості реакції, варіативності виконання штрафних у залежності від стилю гри воротаря, наявності ігрового досвіду [11]. Вирішальним фактором вдалого завершення атаки є просторово-часова точність кидків (Т. Кропивницька, С. Кушнірюк). Кидок м'яча оцінюється такими критеріями: своєчасність вибору моменту для його виконання, швидкість польоту м'яча і точність влучення у ворота. Таким чином, просторово-часова точність кидків є комплексним показником ефективності польових гравців у гандболі і вимагає високого рівня морфофункціональних та психофізіологічних показників розвитку організму спортсмена. Тому, за свідченнями учених, важливим є спортивний відбір як комплекс організаційно-методичних заходів, що включають педагогічні, психологічні, соціологічні і медико-біологічні методи дослідження, на основі яких оцінюються здібності дітей, підлітків, юнаків до досягнення високих спортивних результатів у тому чи іншому виді спорту

Питання підготовки спортивного резерву має місце в усіх видах спорту, у тому числі й у гандболі, що пов'язано з рядом об'єктивних причин [3]: необхідністю постійного удосконалення технічної і тактичної майстерності спортсменів, що призводить до неухильного збільшення тренувальних і змагальних навантажень; високим рівнем навантажень, який значно скорочує термін перебування спортсменів у спорті вищих досягнень і потребує постійного поповнення команди майстрів

добре підготовленими гравцями; необхідність повною мірою використовувати сенситивні періоди розвитку рухових і психічних якостей, оскільки в іншому випадку можна значно знизити можливий рівень підготовленості спортсмена; «омолодженням» багатьох видів спорту і необхідністю введення ранньої спортивної спеціалізації. Раніше гандболом починали займатися в 11–12 років, зараз у 9–10 років, вік найвищих спортивних досягнень залишився без змін (чоловіки – 20–23 роки, жінки – 17–21); відсутністю на даному етапі розвитку обґрунтованої системи відбору у багатьох видах спорту.

Відбір перспективних дітей для занять гандболом завжди була актуальною проблемою. За свідченнями учених, гандбол це гра з постійно мінливим темпом, значною варіативністю рухів, емоційним напруженням, - усе це висуває підвищені вимоги до рухової, функціональної і психічної діяльності спортсмена. Ефективність відбору на всіх етапах підготовки залежить від безперервних спостережень за розвитком рухових здібностей, а також психофізіологічних характеристик у процесі навчально-тренувальної діяльності, що слугує, досить об'єктивною підставою для подальшого прогнозування. Слід відмітити, що багато хто з фахівців вважають, що за результатами первинного відбору надзвичайно важко прогнозувати подальші успіхи в ігрових видах спорту, тому таке прогнозування результатів має відносний характер [5].

Так, основним методом при комплектуванні навчальних груп для занять гандболом є метод комплексної оцінки здібностей починаючих спортсменів – швидкості сприйняття ігрової ситуації й прийняття рішення, швидкості реалізації плану дій і швидкісно-силових здібностей спортсменів, здатності швидко і точно вирішувати рухове завдання, а також рівня мобілізаційної готовності в екстремальних умовах спортивної боротьби. Також слід відмітити, що величезне значення має в спортивному відборі інтуїція тренера, яка допомагає йому побачити в юному спортсмені майбутнього чемпіона. При цьому не тільки інтуїція, а й знання вікових особливостей організму, дозволяють виявити потенційні можливості до досягнення високих результатів [12].

Встановлено, що при прийомі дітей у групу для занять гандболом рекомендуються педагогічні тести (біг 30 м, ведення м'яча 30 м, стрибок у довжину з місця, метання тенісного м'яча, метання гандбольного м'яча, кидки тенісного м'яча на точність). Практично такі самі тести використовуються тренерами на інших етапах відбору, до того ж додається потрійний стрибок з місця, човниковий біг і комплексний тест з обведенням стійок, що завершується кидком м'яча у ворота. У важливій ланці системи управління підготовкою спортсменів – відборі, контролі і прогнозуванні велика увага приділяється віку 13-18 років, що включає критичний період статевого дозрівання й охоплює два ключових етапи: попередньої і спеціалізованої базової підготовки [4]. При цьому наукове обґрунтування значною мірою базується на дослідженнях біологічних основ рухових можливостей підлітків і юнаків.

У даному контексті, зазначені вище етапи підготовки включають попередній і проміжний етапи відбору. Завданням попереднього етапу відбору є виявлення здібностей до ефективного спортивного удосконалення; проміжного – до досягнення високих спортивних результатів, перенесення високих тренувальних і змагальних навантажень. Вирішення цих завдань можливо при урахуванні морфологічних, функціональних і психічних особливостей юних спортсменів, їхніх адаптаційних можливостей, реакцій на тренувальні і змагальні навантаження тощо [9].

За твердженнями Л. Волкова, морфологічні особливості – один з основних факторів, на який орієнтується тренер, тому що особливості будови тіла (особливо високий зріст) дають значну перевагу. Найчастіше тренер при відборі і комплектуванні команди орієнтується на результат. На даному етапі відбору це може виявитися помилковим критерієм перспективності. На етапі попереднього відбору обов'язковим є урахування темпів біологічного дозрівання, тому що цей етап збігається з початком пубертатного періоду. Підлітки одного й того самого паспортного віку можуть за своїм біологічним віком відрізнятися одним від одного на 1–4 роки. Тому підліток-ретардант (біологічний вік уповільнений) за морфологічними показниками істотно відстає від підлітка-акселеранта (біологічний вік випереджає паспортний). Підлітки з прискореним біологічним розвитком здатні показати досить високі результати в юнацьких змаганнях, і, як правило, рано залишають спорт. Підлітки з нормальним і запізненим біологічним дозріванням особливо не вирізняються результатами в дитячо-юнацькому спорті, проте несуть свій нерозтрачений потенціал на наступні етапи і здобувають великих успіхів на міжнародних змаганнях [1].

Встановлено, що на етапі проміжного відбору оцінюється техніка виконання різноманітних прийомів гри, рівень розвитку фізичних якостей, можливості систем енергозабезпечення, здатність до перенесення навантажень і ефективного відновлення [9].

Варто зазначити, що у гандбольній команді нападники діляться на гравців першої лінії, другої лінії і воротаря. Особливості техніко-тактичної підготовленості гандболістів різного амплуа формують в основному ігрову позицію, яку займає спортсмен в команді. Ця позиція передбачає для гравця певну відстань до воріт при кидку, кут розташування гравця по відношенню до воріт, розташування захисників по відношенню до кидка, розташування воротаря у воротах і ін. Щоб отримати результат, гравець, який займає відповідну позицію, повинен враховувати всі необхідні перешкоди і пристосовувати свою техніку до їх подолання. Особливості технічної оснащеності гравців, які виступають в різних амплуа, представлені в науково-методичній літературі. Її формування починається в навчально-тренувальних групах ДЮСШ та вдосконалюється в процесі всього періоду виступу гандболіста в змаганнях [6].

Також з'ясовано, що у сучасному гандболі при все зростаючій універсалізації гравців основною вимогою залишається чітка спеціалізація. Це не просто поділ на гравців першої і другої ліній і воротаря. Це найбільш оптимальне поєднання сил в команді, підкріплене раціональним розташуванням спортсменів на майданчику. Щоб забезпечити зростання спортивної майстерності гандболістам необхідний на кожному віковому етапі певний рівень фізичної кондиції. У науково-методичній літературі є дані про підготовленість гравців високої кваліфікації з урахуванням виконуваної ними функції в команді. До теперішнього часу розподіл гравців за амплуа відбувається з урахуванням тих якостей, які виявляються у відкритій формі, це в основному морфологічні дані і бажання самого гравця виконувати будь-яку функцію в команді [6].

Таким чином, вивчення та аналіз спеціалізованої наукової літератури дає можливість зрозуміти, що досягнення високих спортивних результатів у гандболі можливо при сукупності природних задатків, виявлених у процесі добору, і методично правильно побудованого навчально-тренувального процесу. Тому, виникає потреба в створенні моделі спортсмена-гандболіста, з врахуванням технічних і морфофункціональних характеристик, що впливають на досягнення високого результату в цьому виді спорту тощо.

**Перспективи подальшого дослідження.** Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми. Перспективним може бути вивчення особливостей відбору перспективних дітей для занять інших видів спорту тощо.

#### Література

1. Volkov L.V. Teoriya sportyvnoho otbora: sposobnosty, odarennost, talant / Volkov L.V. – K.: Vezha, 1997. – 128 s.
2. Dybner R.D. Novii podkhod k otsenke funktsionalnoi hotovnosti sportsmenov (sochetannoe yssledovanye morfolohyy, funktsyy serdtsa y aktyvnosti sympatyko-adrenalovoi systemy) / Dybner R.D., Borodianskiy M.M. // Teoriya y praktyka fizycheskoi kul'tury. – 1994. - №1-2. – S.2-5.
3. Dudyn N.P. Vozrastnye osobennosti formirovaniya tochnostnykh dvyhatelynykh navykov udarov miachom po vorotam u futbolystov 11-18 let / N.P. Dudyn // Nauka v olymпыiskom sporte. – 2002. - №3-4. – S. 86-92.
4. Zaitsev V.P. Morfofunktsionalnye pokazately yunikh handbolystov v podgotovytel'nyy peryod / Zaitsev V.P., Kramskoi S.Y. // Pedagogika, psikhologiya ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovanniya i sportu: zb. nauk. prats / pid red. Yermakova S.S.; KhDADM (KhPPI). – 2002. - № 1. – S. 81-87.
5. Yzaak V.Y. O metodyke yssledovaniya spetsyficheskyykh dvyhatelynykh reaktsiy u handbolystov / Yzaak V.Y., Lyvytskiy A.N. // Uzbekskiy HYFK: tez. dokl. Kh ytohovoi nauch. konf. profes.-ped. sostava Uzbek.HYFK. – Tashkent, 1970. – S.45-46.
6. Kamys A. Kontrol fizycheskoi podgotovlennosti handbolystov razlychnoho yhrovoho amplua v uchebno-trenyrovochnykh hruppakh DluSSH : dys. ... kand. ped. nauk : 13.00.04 / A. Kamys. – M., 1999 – 124 c.
7. Дьоміна Ж. Г. Профільне навчання старшокласників за спортивним напрямом: актуальні проблеми та шляхи їх вирішення / Ж. Г. Дьоміна, О. В. Тимошенко // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Сер. : Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. – 2013. – Вип. 112(2). – С. 98-100.
8. Кропивницькая Т.А. О значении оптимальных соотношений тренировок аэробной и анаэробной направленности в подготовке гандболистов / Кропивницькая Т.А. // Физическое воспитание студентов творческих специальностей: сб. науч. тр. / под ред. Ермакова С.С. – Харьков, 2002. - №3. – С.28-35.
9. Поплавский Л.Ю. Влияние игровой нагрузки на динамику специальной работоспособности баскетболистов высших разрядов / Л.Ю. Поплавский // Методические разработки молодых ученых КГИФК. – К, 1977. – С. 52-54.
10. Тимчик М. В. Фізичне виховання старших підлітків у процесі спортивних ігор у загальноосвітніх навчальних закладах / М. В. Тимчик // Сучасний виховний процес: сутність та інноваційний потенціал Матеріали звітної науково-практичної конференції. – Івано-Франківськ, НАІР. – 2013. – С. 437-440.
11. Тимчик М. В. Виховання фізичної культури учнів у процесі ігрової діяльності / М. В. Тимчик // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія. Педагогічні науки : реалії та перспективи. Випуск 14. К., 2009. – С. 237–240.
12. Цюпак Ю.Ю. Динаміка оперативного мислення в залежності від складності спортивної діяльності юних гандболістів / Цюпак Ю.Ю., Поляковський В.І. // Концепція підготовки спеціалістів фізичної культури та спорту в Україні: мат. І республ. конф. – Луцьк, 1994. – С.303-305.

**Клімашевський О. В.**

**Національний університет фізичного виховання і спорту України**

### МОДЕЛЮВАННЯ БІОМЕХАНІЧНОЇ СТРУКТУРИ РУХІВ МЕТАЛЬНИКІВ СПИСА РІЗНОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ

*Розроблені групові моделі біомеханічної структури техніки метання списа спортсменів різної кваліфікації. У дослідженні приймали участь 4 метальника списа – майстри спорту міжнародного класу та 20 метальників списа – кандидати в майстри спорту. Зафіксовані рухові дії метальників списа різної кваліфікації. Отримані кількісні показники біомеханічних характеристик рухових дій метальників списа різної кваліфікації.*

*Виділені характерні ознаки біомеханічної структури техніки метання списа, що найбільше змінюються з ростом спортивної майстерності. Виявлені кореляційні взаємозв'язки між показниками техніки метання та дальністю польоту списа у спортсменів різної кваліфікації та визначено найбільш інформативні: швидкість вильоту списа; довжина шляху заключного прискорення списа; кут тулуб-вертикаль в момент вильоту; кут вильоту; швидкість ЗЦМ тіла спортсмена в момент закінчення заключної частини розбігу; швидкість ЗЦМ тіла спортсмена в момент попередньої заключної частини розбігу; тривалість опорної фази першого кидкового кроку в заключній частині розбігу; градієнт сили в опорній фазі першого кидкового кроку в заключній частині розбігу; кут стійкості в момент випуску снаряда. Ці характеристики лягли в основу розробки групових моделей для спортсменів різної кваліфікації.*

*Побудовані графічні середньогрупові моделі дозволяють визначити основні напрями удосконалення технічної підготовки, встановити оптимальні рівні розвитку різних її сторін, а також зв'язки і взаємини між ними у спортсменів різної кваліфікації.*

**Ключові слова:** спис, метання, техніка, кореляція, моделі.

**Клімашевський А. В. Моделирование биомеханической структуры движений метателя копья различной квалификации.** Разработанные статистические групповые модели биомеханической структуры техники метания