

ВЫВОДЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ ДАЛЬНЕЙШИХ РАЗРАБОТОК. Таким образом, наши исследования свидетельствуют о наличии у студентов в покое различных типологических особенностей регуляции сердечного ритма, а также разных адаптивных возможностей организма. Сниженные адаптивные возможности организма, характерны для студентов с умеренным и выраженным преобладанием центральной регуляции, по сравнению со студентами с умеренным преобладанием автономной регуляции (III группа). Полученные результаты свидетельствуют о необходимости дифференцированного подхода в системе физического воспитания студентов в зависимости от степени активности регуляторных систем организма. В перспективе дальнейших исследований планируется изучение корреляционных связей нейродинамических характеристик и состояния механизмов вегетативной регуляции студентов НТУУ «КПИ».

ЛИТЕРАТУРА

1. Баевский Р. М. Анализ вариабельности сердечного ритма при использовании разных электрокардиографических систем: Метод. рекомендации [Электронный ресурс]. / Р. М. Баевский, Г. Г. Иванов, Л. В. Чирейкин и др. // Вестник аритмологии, М., 03.2002. – ВА № 24 – 65 с.– (В помощь практикующему врачу). – Режим доступа: [http // www.vestnik.ru/article_print.jsp?id=1267](http://www.vestnik.ru/article_print.jsp?id=1267)
2. Баевский Р. М. Математический анализ изменений сердечного ритма при стрессе / Р. М. Баевский, О. И. Кириллов, С. З. Клецкин, – М.: Наука, 1984. – 222 с.
3. Караулова Л. К. Физиология физического воспитания и спорта /Л. К. Караулова, Н. А. Красноперова, М. М. Расулов. М.: Издательский центр «АКАДЕМИЯ», 2012. – 304 с.
4. Коробейников Г. В. Диагностика психофизиологических состояний спортсменов: Метод. пособие / Г. В. Коробейников, О. К. Дудник, Л. Д. Коняева и др. – К., 2008. – 64с.
5. Коробейников Г. В. Оцінювання психофізіологічних станів у спорті: [Монографія] / Г. Коробейников, Є. Приступа, Л. Коробейников, Ю. Бріскін. – Львів: ЛДУФК, 2013. – 312 с.
6. Яблучанский Н. И. Амбулаторное мониторирование ЭКГ. Технология ВСП (Серия: для настоящих врачей) Изд. второе, испр., перераб. / Н. И. Яблучанский, А. В. Мартыненко, Л. А. Мартимьянова Харьков. – 2010. – 187 с.
7. Alvareng M. E., Richards J. C., Lambert G., et al. Psychophysiological mechanisms in panic disorder: a correlative analysis of noradrenaline spillover, neuronal noradrenaline reuptake, power spectral analysis of heart rate variability, and psychological variables. // Psychosom Med.– 2006.– Vol.68, №1.– P.8–16.
8. Lane R. D., Mcrae K., Reiman E. M., et al. Neural correlates of heart rate variability during emotion. // Neuroimage.–2009.–Vol.44, №1.–P.213–222.
9. Mani A. R., Montagnese S., Jackson C. D., et al. Decreased heart rate variability in patients with cirrhosis relates to the presence and degree of hepatic encephalopathy. // Am J Physiol Gastrointest Liver Physiol.–2009.–Vol.296, №2.–P.G330–338.
10. Mujica-Parodi L. R., Korgaonkar M., Ravindranath B., et al. Limbic dysregulation is associated with lowered heart rate variability and increased trait anxiety in healthy adults. // Hum Brain Mapp.– 2009.– Vol.30, №1.– P.47–58.
11. Stein P. K., Barzilay J. I., Chaves P. H., et al. Heart rate variability and its changes over 5 years in older adults. // Age Ageing.–2009.– Vol.38, №2.– P.212–218.
12. Valentini M., Parati G. Variables influencing heart rate. // Prog Cardiovasc Dis.– 2009.– Vol.52, №1.– P.11–19.
13. Yaoa B., Liub J. Z., Brownd R. W., Sahgalc V., Yueb G. H. Nonlinear features of surface EEG showing systematic brain signal adaptations with muscle force and fatigue // Brain research. Vol. 1272, 2009. pp. 89–98.

Негатуров А.В., Петровская Т.В., Сергиенко В.П.

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины

ИССЛЕДОВАНИЯ МОТИВАЦИИ РОДИТЕЛЕЙ К ЗАНЯТИЮ СПОРТОМ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО И МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА ПРИМЕРЕ КАРАТЭ

Для современного общества актуальным был и остается поиск эффективных средств социального развития, предупреждения различных видов девиантного и деликвентного поведения детей и подростков. Одним из таких действенных средств физического, психического и социального развития, отвлечения детей от улицы есть создание условий для организованной двигательной активности детей. Мотивация разных групп населения к занятию физической культурой и спортом достаточно изучена. Однако в литературе не встречается данных про мотивацию родителей, которые принимают решение к занятию спортом детей дошкольного и младшего школьного возраста. Цель. Изучить мотивацию родителей, которые приводят детей в спортивные секции на примере каратэ. Результаты. В результате опроса 150 родителей выявлена структура мотивации к занятию спортом детей дошкольного и младшего школьного возраста. Структура мотивации родителей содержит как оздоровительные, так и социальные мотивы. Выявлены различия в мотивации родителей с разным уровнем здорового поведения. Заключение. От популяризации здорового образа жизни среди взрослого населения и молодежи зависит количество занимающихся спортом детей. Спортивным клубам необходимо вести правильную рекламу, социальный маркетинг, основанный не только на спортивных достижениях клуба, а и на том, что в клубе приятная здоровая атмосфера и каждый ребенок может реализовать себя, исходя из запросов и потребностей. Это могут быть и спортивные достижения, и улучшение дисциплины, и укрепление здоровья, и всестороннее развитие личности ребенка.

Ключевые слова: каратэ, мотивация, оздоровительная двигательная активность, здоровый образ жизни, социализация, национальная стратегия.

Олександр Негатуров, Тетяна Петровська, Віталій Сергієнко. Дослідження мотивації батьків до заняття спортом дітей дошкільного та молодшого шкільного віку на прикладі карате. Для сучасного суспільства актуальним був і залишається пошук ефективних засобів соціального розвитку, попередження різних видів девіантної та деліквентної поведінки дітей і підлітків. Одним з таких дієвих засобів фізичного, психічного і соціального розвитку, відволікання дітей від

вулиці є створення умов для організованої рухової активності дітей. Мотивація різних груп населення до заняття фізичною культурою і спортом досить вивчена. Однак в літературі не зустрічається даних про мотивацію батьків до заняття спортом дітей дошкільного та молодшого шкільного віку, які приймають рішення за дітей. Мета. Вивчити мотивацію батьків, які приводять дітей до спортивних секцій на прикладі карате. Результати. В результаті опитування 150 батьків виявлена структура мотивації до заняття спортом дітей дошкільного та молодшого шкільного віку. Структура мотивації батьків містить як оздоровчі, так і соціальні мотиви. Виявлено розбіжності в мотивації батьків з різним рівнем здорової поведінки. Висновки. Від популяризації здорового способу життя серед дорослого населення та молоді залежить кількість дітей, які будуть залучені до оздоровчої рухової активності. Спортивним клубам необхідно вести правильну рекламу, соціальний маркетинг, заснований не тільки на спортивних досягненнях клубу, а й на тому, що в клубі приємна здорова атмосфера і кожна дитина може реалізувати себе, виходячи з запитів і потреб. Це можуть бути і спортивні досягнення, і поліпшення дисципліни, і зміцнення здоров'я та всебічний розвиток особистості дитини.

Ключові слова: карате, мотивація, оздоровча рухова активність, здоровий спосіб життя, соціалізація, національна стратегія.

Alexander Negaturov, Tatyana Petrovskaya, Vitaly Sergienko. The study of motivation of parents to engage children in sports karate example. For modern society actual was and there is a search of effective facilities of social development, warning of different types of deviant and delinquent behavior of children and teenagers. One of such effective facilities of physical, psychical and social development, distractions of children from a street are conditioning for the organized motive activity of children. Motivation of different groups of population to engaging in a physical culture and sport is studied enough. However in literature meets the parents that make decision to going in for sports of children of preschool and junior school age given about motivation. Aim. To study motivation of parents that drive children to the sport sections on the example of karate. Results. As a result of questioning 150 parents the structure of motivation is deduced to going in for sports of children of preschool and junior school age. The structure of motivation of parents contains both health and social reasons. Distinctions are deduced in motivation of parents with the different level of healthy behavior. Conclusion. From popularization of healthy way of life the amount of going in for sports children depends among an adult population and young people. Sport clubs must conduct a correct advertisement, social marketing based not only on the sport achievements of club, and on that in a club a pleasant healthy atmosphere and every child can realize itself, coming from queries and necessities. These can be both sport achievements and improvement of discipline, and strengthening of health, and all-round development of personality of child.

Key words: karate, motivation, improving physical activity, healthy lifestyle, socialization, national strategy.

Постановка проблеми. Здоров'я населення – высшая національна цінність, і відродження нації повинно початися іменню со здоров'я, в першу чергу дітей [1; 2; 4]. Образ життя – основний фактор, від якого залежить здоров'я людини. Одним із показателів здорового образу життя є заняття фізичною культурою і спортом, достаточний рівень рухової активності [1; 4]. С метою створення сприятливих умов для зміцнення здоров'я громадян як вищої соціальної цінності і забезпечення реалізації права людини на оздоровчу рухову активність, указом президента України була прийнята Національна стратегія по оздоровчій руховій активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий образ життя – здорова нація» [4]. На основі результатів аналізу світового досвіду і сучасного стану розвитку національної системи оздоровчій руховій активності стратегія визначає цілі і основні завдання, спрямовані на створення умов для підвищення рівня залучення населення до оздоровчій руховій активності, що сприятиме вирішенню гуманітарних і соціально-економічних проблем для людини, суспільства і держави. Результати всеукраїнського опитування свідчать, що в початку ХХІ століття достаточний рівень оздоровчій руховій активності (не менше 4-5 занять в тиждень тривалістю одного заняття не менше 30 хвилин) мали лише 3% населення; середній рівень (2-3 заняття в тиждень) – 6%, низький рівень (1-2 заняття в тиждень) – 33% населення. Серед дітей зростає популярність малорухомого способу проведення вільного часу, наслідком чого є не тільки зниження рівня здоров'я, але і ряд проблем соціального і психологічного характеру, пов'язаних з формуванням особистості, системою цінностей і соціалізацією в цілому [4]. Внаслідок системних соціальних змін, які привели до трансформації цінностей, поширеним явищем в сучасному українському суспільстві є порушення процесів соціального, морального, психофізичного розвитку дітей і підлітків [10; 11]. Тому актуальним залишається для суспільства пошук ефективних засобів соціального розвитку, запобігання різним формам девіантного і деликвентного поведінки дітей і підлітків. Одним із таких дійсних засобів фізичного, психічного і соціального розвитку, відволікання дітей від вулиці є створення умов для організованої рухової активності дітей [1; 7], створення мотивації до здорового образу життя [2]. Оскільки більшість випадків асоціального поведінки спостерігається за шкільними межами [7], то очевидно, характер і зміст проведення школярами вільного часу може впливати на його психофізичне і соціальне поведінку і особливості соціалізації [3]. Тому особливо актуальними стали дослідження, пов'язані з пошуком ефективних засобів оптимізації процесу морального [12], інтелектуального, духовного і соціального розвитку дитини, залучення до рухової активності [5; 6; 8; 9]. Мотивація різних груп населення до заняття фізичною культурою і спортом достатньо вивчена. Однак в літературі не зустрічається даних про мотивацію батьків [12], які приймають рішення про заняття дітей дошкільного і молодшого шкільного віку.

Дослідження виконано в межах науково-дослідницької теми «Технології психолого-педагогічного супроводу і розвитку суб'єктів спортивної діяльності» на 2016-2020 рр. (Номер державної реєстрації 0116U001627)

Ціль дослідження – вивчити мотивацію батьків до заняття дітей дошкільного і молодшого шкільного віку спортивними секціями, зокрема, карате.

Методы и организация исследования. Для анкетирования родителей применялась самостоятельно разработанная анкета и анкета самооценки здорового поведения. В анкетировании приняли участие родители (153 человека) детей, занимающихся в клубах: «Тигренок» (Одесса); «Миротворец» (Львов); «Элит-спорт» (Киев); «Форма» (Киев); «Окинава» (Одесса); «Будо» (Харьков); «Чемпион» (Киев).

Обсуждение результатов исследования. В большинстве случаев, приход ребенка в спортивную секцию зависит от его родителей. В настоящее время, большинство спортивных секций являются платными, причем достаточно дорогостоящими. Родителям намного проще не водить в спортивную секцию малыша, чем водить. Ведь для того, чтобы посещать секцию каратэ родителям необходимо: минимум три раза в неделю вечером водить ребенка в спортивный зал, хотя это время можно потратить на домашнее хозяйство или личные дела; оплачивать ежемесячный абонемент; по выходным дням, не реже 1-2 раз в месяц, приводить ребенка на семинары, экзамены или чемпионаты; приобретать амуницию для занятий каратэ и поддерживать ее в надлежащем виде; подстраивать свой отпуск не только под занятия в школе, но и под соревновательный график ребенка; переживать вместе с ребенком его поражения, неудачи, научиться их воспринимать и принимать. Возможны еще дополнительные, добровольные нагрузки для родителей, например, участие в работе родительского комитета или попечительского совета клуба.

Каратэ – один из немногих видов спорта, которым можно заниматься в любом возрасте. Набор в группы происходит с самого раннего возраста (4-5 лет). Причем, в отличие, от например, художественной гимнастики, не только в раннем возрасте можно начинать заниматься каратэ. Группы набора есть, практически всех возрастов. Это вызвано прикладным значением каратэ и тем, что, занимающиеся каратэ могут преследовать одну из четырех целей, а именно: спортивное направление, участие и победа в соревнованиях; традиционное направление, сдача экзаменов на пояса и участие в семинарах; боевой раздел, изучение приемов самообороны; оздоровительный раздел. Каждый занимающийся может в каратэ найти то, что ему нужно. Но, если мотивация самих занимающихся каратэ достаточно хорошо изучена, то мотивация родителей, которые приводят детей в спортивную секцию, изучается намного меньше. А ведь, дети младшего возраста сами не могут выбрать себе вид спорта, за них выбирают родители. Поэтому, изучение мотивации родителей представляет научный и практический интерес. Эти знания будут полезными спортивным клубам, менеджерам и тренерам. Также, они помогут правильно ориентировать рекламу для набора детей в спортивные секции.

Но недостаточно привести ребенка в секцию каратэ, не менее важно, его там удержать, вызвав интерес. Здесь велика роль преподавателя, но и велика роль родителей. Если родители потеряют интерес к занятиям своих детей спортом, то они перестанут их водить на каратэ. Поэтому, тренеру необходимо еще поддерживать интерес родителей к выбранному виду спорта. В клубе необходимо проводить работу не только с детьми и спортсменами, но и с родителями спортсменов. На вопрос анкеты кто был инициатором занятий каратэ, ответы распределились так: отец: 49 чел – 32%; мать: 60 чел – 39%; сам ребенок: 34 чел – 22%; другой вариант: 10 чел – 7%. Таким образом, инициатива выбора вида спорта для детей каратэ (61%) в большинстве случаев принадлежит родителям. Учитывая, что в анкетировании принимали участие родители детей в возрасте: 2-3 года: 17 чел (11%); 4-5 лет: 43 чел (28%); 6-7 лет: 40 чел (26%); 8-9 лет: 27 чел (18%); 10 лет и старше: 26 чел (17%), то можно считать закономерным высокую инициативу родителей в выборе занятий для своих детей. Очевидно, самостоятельный выбор спорта принадлежит детям старше 9 лет. Результаты анкетирования показали, что многие родители не ограничиваются одной спортивной секцией, а предпочитают занимать ребенка в двух спортивных секциях (25% опрошенных родителей), а так же предпочитают активный отдых с ребенком в выходные дни (45%) (рис.1).

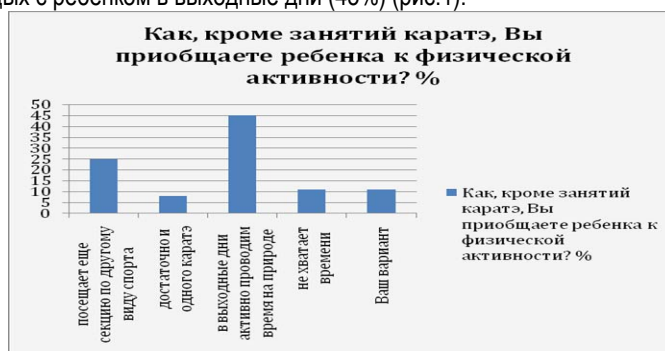


Рис.1. Исследование структуры двигательной активности в семье с детьми дошкольного и младшего школьного возраста.

Большинство опрошенных родителей понимают важность двигательной активности, спорта для детей. Отдавая ребенка заниматься каратэ, родители преследуют не только одну, а комплекс целей и мотивов (Рис.2).

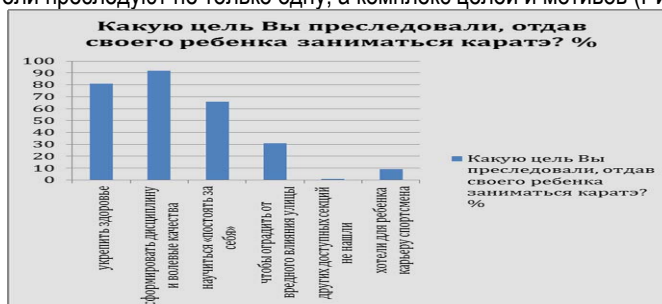


Рис.2. Исследование структуры мотивации родителей к занятию каратэ детей дошкольного и младшего школьного возраста.

Большинство родителей (94%) рассматривают занятие спортом как действенное средство сформировать у ребенка дисциплину, характер, волю, отвлечь от вредного влияния улицы. Однако воспитывающим и формирующим фактором для ребенка родители рассматривают не только факт занятия спортом, но и общение с тренером, и пример спортсменов (рис.3.). В качестве примера для подражания родители чаще всего используют: образы из художественной литературы: 18 чел – 12%; сказочных персонажей: 50 чел – 33%; спортсменов: 49 чел – 32%; спортивных тренеров: 51 чел – 33%.

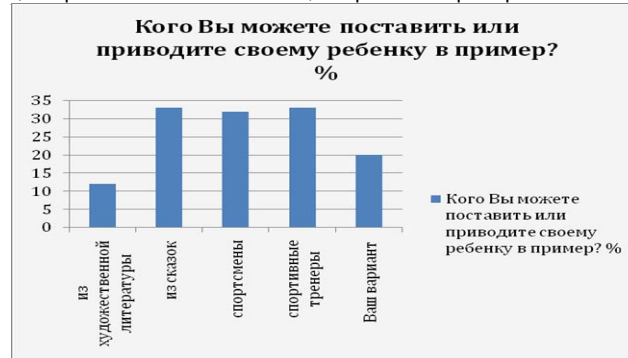


Рис.2. Исследование образов, которые используют родители в качестве примера для подражания.

Структура мотивации родителей распределилась так: укрепить здоровье: 124 чел – 81%; сформировать дисциплину и волевые качества: 140 чел – 92%; научиться «постоять за себя»: 101 чел – 66%; оградить от вредного влияния улицы: 48 чел – 31%; других доступных секций не нашли: 1 чел – 1%. Хотели для ребенка карьеру спортсмена: 14 чел – 9%.

Большинство родителей выбрали несколько мотивов. Кроме безусловного мотива укрепления здоровья, преобладают и мотивы социального характера и развития личности ребенка. Родители так же предпочитают воспитывать у детей правильное отношение к здоровому образу жизни на собственном примере. Так, из опрошенных родителей 43% сами занимаются спортом или другими видами двигательной активности в свободное время, а так же другие члены семьи (56%). Однако выявлены некоторые различия в мотивации к занятию каратэ детей у родителей, которые имеют разный уровень здорового поведения. У родителей, которые ведут здоровый образ жизни, имеют достаточный уровень двигательной активности, преобладает мотивация формирования у ребенка умения постоять за себя, дисциплины, волевых качеств и характера. Родители, у которых выявлен средний и ниже среднего уровня здорового поведения (малоподвижный образ жизни, курение, употребление алкоголя, не правильное питание), имеют преимущественно мотив к занятию детей в спортивной секции укрепление здоровья.

ВЫВОДЫ. От популяризации здорового образа жизни среди взрослого населения и молодежи зависит количество детей занимающихся спортом и оздоровительной двигательной активностью. Спортивным клубам необходимо вести правильную рекламу, основанную не на спортивных достижениях клуба, а на том, что в клубе приятная здоровая атмосфера и каждый ребенок реализует себя, получив то, что ему необходимо. Это могут быть и спортивные достижения, и улучшение дисциплины, и укрепление здоровья и всестороннее развитие личности ребенка.

ЛИТЕРАТУРА

1. Андрейченко Э. Гантели в спортзале Бердичева и спортивный клуб Барселона, или на каком поле произрастать отечественному спортивному маркетингу. / Э. Андрейченко // Маркетинг и реклама. Спец.вып: Спортивный маркетинг №9 (169), сентябрь 2010. – С.36-39.
2. Вахнова А.П. Формування ціннісного ставлення та мотивації до здоров'я у дітей старшого шкільного віку / А.П. Вахнова, І.І.Смоляр, І.В.Толкунова // Науковий часопис. – 2016. – вип. № 3 (72), серія15. – С.24-27.
3. Коняева Л.Д. Особливості соціалізації підлітків в умовах позашкільної діяльності / Л.Д.. Коняева. – автореферат дис. На здобуття кандидата психологічних наук. – Київ. – 2008. – 20с.
4. Национальная стратегия з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року "Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація". Указ Президента України від 9 лютого 2016 року № 42/2016.
5. Петровська Т.В. Соціальна адаптація дітей з девіантною поведінкою засобами фізичного виховання / Т.В. Петровська, В.Є. Усенко // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2006. – № 3.
6. Петровська Т.В. Спортивна діяльність як засіб соціальної адаптації підлітків із девіантною поведінкою / Т.В. Петровська // 36. наук. праць. Актуальні проблеми фізичної культури і спорту. Київ, Мін. у справ. сім'ї, молоді і спорту. – 2012. – № 24(2) – С.88-94
7. Петровська Т.В. Вплив занять спортом на соціалізацію підлітків та особливості сучасного спортивного маркетингу / Т.В. Петровська, В.С. Петровський // 36. наук. праць. Актуальні проблеми фізичної культури і спорту. – Київ. – 2011. – №20(1). – С. 63-67.
8. Сакаль Л.Д. Особливості соціалізації спортсменів-підлітків / Л.Д. Сакаль, Т.В. Петровська // Вісник Технологічного університету Поділля: Соціально-гуманітарні науки. – Хмельницький, 2002. – Ч. 3. – С.211-214.
9. Сакаль Л.Д. Особливості та перспективи дослідження соціалізації в підлітковому віці / Л.Д. Сакаль, Т.В. Петровська // Філософія, соціологія, психологія. Збірник наукових праць прикарпатського університету ім. Василя Стефаника. – Івано-Франківськ, 2000. – Вип. 5, част. 1. – С.88-91.
10. Шелина С. Л. Структура регуляторної надстройки личности. Система ценностей. Условия и возможности ресоциализации / С. Л. Шелина // Социализация и ресоциализация личности в условиях современного общества: материалы VI Международной научно-практической конференции (Киев, 8–9 ноября, 2012). Киев: Киевский национальный университет им. Тараса Шевченко. – 2012. С. 147–155.

11. Shelina S. L., Mitina O. V. Moral Judgments of Modern and Teenagers in Russia // Psychology in Russia: State of the Art. Scientific Yearbook / Ed. by Yu. P. Zinchenko, V. F. Petrenko. Moscow: Lomonosov Moscow State University; Russian Psychological Society, 2012. Vol. 5. P. 405–421.

12. Shelina S. L., Mitina O. V. Normative and values representation of modern parents, teachers, educators (analysis of the content of moral judgments) / S. L., Shelina // Psychological Science and Education, 2015, vol. 20, no. 1

Петрушин Д.В.

Дніпропетровський державний університет внутрішніх справ

ВДОСКОНАЛЕННЯ ШВИДКІСНО-СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ БОКСЕРІВ З ВИКОРИСТАННЯМ СПЕЦІАЛЬНИХ ТРЕНАЖЕРНИХ ПРИСТРОЇВ

У статті розглянуто питання вдосконалення швидкісно-силових якостей за допомогою спеціальних тренажерних пристроїв. Запропонована методика вдосконалення швидкісно-силових якостей боксерів 12-13 років на основі використання і впровадження в тренувальний процес комплексів вправ на запатентованій корисній моделі «Підвісний педальний тренажер». Доведено ефективність використання розробленого тренажерного пристрою в тренувальному процесі боксерів на етапі попередньої базової підготовки.

Ключові слова: бокс, тренажерний пристрій, швидкісно-силові якості, вибухова сила, швидка сила, комплекс вправ.

Петрушин Д.В. Совершенствование скоростно-силовых качеств боксеров с использованием специальных тренажерных устройств. В статье рассмотрены вопросы совершенствования скоростно-силовых качеств с помощью специальных тренажерных устройств. Предложена методика совершенствования скоростно-силовых качеств боксеров 12-13 лет основанная на использовании и внедрении в тренировочный процесс комплексов упражнений на запатентованной полезной модели "Подвесной педальный тренажер". Доказана эффективность использования разработанного тренажера в тренировочном процессе боксеров на этапе предварительной базовой подготовки.

Ключевые слова: бокс, тренажер, скоростно-силовые качества, взрывная сила, быстрая сила, комплекс упражнений.

Petrushin D.V. Perfection of speed-power internalss of boxers is with the use of the special trainers. In the article the question of perfection of speed-power internalss is considered by means of the special trainer devices. Offered methodology of perfection of speed-power internalss of boxers 12-13 on the basis of the use and introduction in the training process of complexes of exercises on the patented useful model the "Suspended pedal trainer". Efficiency of the use worked out is well-proven trainer in the training process of boxers on the stage of previous base preparation.

Key words: boxing, trainer, speed-power internalss, explosive force, rapid force, complex of exercises.

Постановка проблеми дослідження. Аналіз останніх досліджень і публікацій. У зв'язку з постійним ростом спортивних досягнень - кожен спортсмен, незалежно від кваліфікації тактичної, технічної і психологічної підготовленості, повинен приділяти величезну увагу спеціальній фізичній підготовці. Аналіз змагальної діяльності дозволяє стверджувати, що одним з домінуючих чинників, що лімітують досягнення високого спортивного результату - є рівень спеціальної фізичної підготовленості, а саме - рівень розвитку швидкісно-силових якостей [3, 6]. Одним з найбільш ефективних засобів вдосконалення швидкісно-силових якостей є ударно-стрибковий метод розвитку вибухової сили м'язів з використанням різноманітних обтяжень, який доцільно застосовувати в тренуванні боксерів [2, 3, 7]. Як зазначають провідні фахівці, для вдосконалення вибухової сили м'язів використовуються прості тренажерні пристрої (гантелі, набивні м'ячі, важкі подушки, гума та ін.), основні принципи яких успішно реалізовані в практиці боксу [2, 7, 8]. Однак, слід зазначити, що всі існуючі тренажерні пристрої спрямовані на комплексне вдосконалення якостей та здібностей боксерів та в переважному випадку не відображають структури змагальних рухів спортсменів [4, 5]. За результатами аналізу науково-методичної літератури виявлено, що існує багато педальних тренажерів, це такі як Magneciser Pedal Exerciser, MB Minibike, що може встановлюватись на підлозі столі чи стільці, аеробний педальний тренажер для ніг та рук Easy Pedal, що складається з опор, до яких прикріплено несучу раму із рухомо-закріпленими на ній важелями з рукоятками [5]. Однак, конструкція описаних вище тренажерів передбачає встановлення їх підлозі, столі або стільці, а отже тренування відбувається в статичному положенні без участі ваги спортсмена, і, як наслідок із малим навантаженням. Таким чином, дана конструкція не забезпечує достатнього навантаження для тренування швидкісно-силових якостей боксерів. У зв'язку з вищевикладеним, доцільним є розробка та впровадження в практику тренувального процесу тренажерного пристрою, дія якого буде переважно спрямована на вдосконалення швидкісно-силових якостей боксерів за рахунок виконання спеціально-підготовчих та змагальних рухів з використанням власної ваги спортсмена.

Зв'язок з науковими програмами, планами, темами

Робота виконувалась згідно Зведеного плану НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2011-2015 рр. Міністерства освіти і науки, молоді і спорту України за темою 2.6. «Теоретико-методичні основи удосконалення тренувального процесу і змагальної діяльності в структурі багаторічної підготовки спортсменів» (Номер Держреєстрації 0111U001168).

Мета дослідження – розробка та впровадження в практику тренувального процесу спеціального тренажерного пристрою для вдосконалення швидкісно-силових якостей боксерів 12-13 років.

Методи дослідження.

Для вирішення поставлених у роботі завдань використовували наступні методи досліджень: теоретичний аналіз сучасної науково-методичної літератури; педагогічне спостереження; педагогічне тестування; методи математичної статистики.

Організація дослідження. Дослідження проводилося на базі СДЮШОР з боксу, кікбоксингу та легкої атлетики; СК