

1. Благий О. Рухова активність як фактор формування здорового способу життя учнівської молоді / О. Благий, О. Андреева // Актуальні проблеми фіз. виховання, реабілітації, спорту та туризму: тези доп. III Міжнар. наук.-практ. конф. 13-14 жовтня 2011 р. / за ред. В.М.Огаренко та ін. – Запоріжжя: КПУ, 2011. – С. 27 – 28.
2. Григорьев В.И. Фитнес-культура студентов: теория и практика: учеб. пособие / В.И. Григорьев, Д.Н. Давиденко, С.В. Малинина. СПб.: Изд-во СПб. ГУ-ЭФ, 2010. – 228 с.
3. Дутчак М. „Спорт для всіх” у країнах з високим рівнем охоплення населення організованою руховою активністю / М.В. Дутчак // Теорія і методика фіз. виховання і спорту. – 2007. – С. 47–58.
4. Основы персональной тренировки / под ред. Роджера В. Эрла, Томаса Р. Бехля; пер.англ. И. Андреев. – К.: Олимп. лит., 2012. – 724 с.
5. Сайкина Е.Г. Семантические аспекты отдельных понятий в области фитнеса / Е.Г. Сайкина, Г.Н. Пономарев // Теория и практика физической культуры. – 2011. – № 8. – С. 6–10.
6. Смирнов С.И. Организационно-педагогические факторы управления сферой фитнес-услуг. – Автореферат канд.пед.н.- Санкт-Петербург, 2013.- 25с.
7. Brown D. R. Promoting physical activity: A guide for community action / D. R. Brown, G. W. Heath, S. L. Martin. – Human Kinetics, 2010. – 280 p.
8. Marcus B. H. Motivating People to Be Physically Active / B. H. Marcus, L. A. Forsyth // Human Kinetics. 2009. P. 180.
9. NPTI's Fundamentals of Fitness and Personal Training / By Tim Henriques. – Human Kinetics. — 2015. —536 p.
10. Myers S. S. Emerging Threats to Human Health from Global Environmental Change / Samuel S. Myers, Jonathan Patz // Annual Review of Environment and Resources. — 2012. —№ 11. — P. 312—344.

Ханюкова О.В.

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту

АНАЛІЗ ВПЛИВУ МЕТОДИКИ ПЛАНУВАННЯ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ НА РІВЕНЬ ОВОЛОДІННЯ ТЕХНІЧНИМИ НАВИЧКАМИ ТЕНІСІСТІВ ПЕРШОГО РОКУ НАВЧАННЯ

Аналіз впливу методики планування навчально-тренувального процесу на рівень оволодіння технічними навичками тенісистів першого року навчання. Ханюкова О.В. Стаття присвячена сучасним підходам до вдосконалення процесу технічної підготовки дітей 7-8 років на першому році занять тенісом. Метою роботи було дослідити вплив методики планування навчально-тренувального процесу в умовах клубної системи на рівень технічної підготовленості юних тенісистів 7-8 років. Була запропонована методика, яка розроблена з урахуванням системи клубної організації навчально-тренувального процесу, передбачає: загальну кількість годин відповідно до існуючої програми ДЮСШ; використання матеріально-технічної бази спортивного клубу; дотримання основних принципів; перерозподіл співвідношення сторін підготовки; поступове збільшення часу тренувань, обсягу й інтенсивності виконання фізичного навантаження. Особливістю методики є розробка тренувальних блоків комплексів вправ з фізичної, технічної підготовки з використанням засобів тактики та переходу від одного блоку вправ до іншого. В результаті педагогічного експерименту протягом року було визначено вірогідний приріст показників технічної підготовленості та підвищення коефіцієнтів кореляційного взаємозв'язку між рівнем володіння м'ячем та технікою ударів у юних тенісистів експериментальної групи. В ході дослідження визначено позитивний вплив розробленої методики на рівень технічної підготовленості юних спортсменів.

Ключові слова: методика планування, технічні навички, юні тенісисти, аналіз взаємозв'язку.

Ханюкова О.В. Анализ методики планирования учебно-тренировочного процесса на уровень овладения техническими навыками теннисистов первого года обучения. *Статья посвящена современным подходам к совершенствованию процесса технической подготовки детей 7-8 лет на первом году занятий теннисом. Целью работы было исследовать влияние методики планирования учебно-тренировочного процесса в условиях клубной системы на уровень технической подготовленности юных теннисистов 7-8 лет. Была предложена методика, которая разработана с учетом системы клубной организации учебно-тренировочного процесса, которая предусматривает: общее количество часов в соответствии с существующей программой ДЮСШ; использования материально-технической базы спортивного клуба; соблюдение основных принципов; перераспределение соотношения сторон подготовки; постепенное увеличение времени тренировок, объема и интенсивности выполнения физической нагрузки. Особенностью методики является разработка тренировочных блоков комплексов упражнений по физической, технической подготовки с использованием средств тактики и перехода от одного блока упражнений к другому. В результате педагогического эксперимента в течение года были определены достоверный прирост показателей технической подготовленности и повышение коэффициентов корреляционной взаимосвязи между уровнем владения мячом и техникой ударов у юных теннисистов экспериментальной группы. В ходе исследования определено положительное влияние разработанной методики на уровень технической подготовленности юных спортсменов.*

Ключевые слова: методика планирования, технические навыки, юные теннисисты, анализ взаимосвязи.

Khanukova O. Analysis of methodology of planning of training process on the level of capture technical skills of tennis players of first-year of educating. *The article is sanctified to the modern going near perfection of process of technical preparation of children 7-8 on the first year of engaging in tennis. The aim of work was to investigate influence of methodology of planning of training process in the conditions of the club system on the level of technical preparedness of young tennis players 7-8.*

Methodology, that is worked out taking into account the system of club organization of training process, that provides for, offered: common amount of clock in accordance with the existent program ДЮСШ; uses of material and technical base of sport club; observance of basic principles; redistribution of correlation of parties of preparation; gradual increase of time of training, volume and intensity of implementation of physical activity. The feature of methodology is development of training blocks of complexes of exercises on physical, technical preparation with the use of facilities of tactics and transition from one block of exercises to other. As a result of pedagogical experiment the reliable increase of indexes of technical preparedness and increase of coefficients of cross-correlation intercommunication were during a year certain between the level of possession a ball and technique of shots for the young tennis players of experimental group. During research positive influence of the worked out methodology is certain on the level of technical preparedness of young sportsmen.

Key words: *planning methodology, technical skills, young tennis players, analysis of intercommunication.*

Актуальність. Провідними завданнями тренувальних занять на етапі початкової підготовки першого року навчання згідно результатів аналізу наукової, навчальної і методичної літератури є зміцнення здоров'я, усунення недоліків фізичного розвитку та фізичної підготовленості дітей [1, 3, 4]. Проте слід зазначити, що головними рисами характеру тенісу майбутнього – це високий рівень атлетизму та ігрової творчості, активність та універсальність дій, сполучення високої точності та сили ударів. Крім того, виникає необхідність варіативно використовувати техніку й тактику в залежності від особливостей покриттів корту [2, 5, 7]. Все вищевказане не може не впливати на хід підготовки юних тенісистів на початковому етапі, оскільки зростають вимоги до технічної підготовленості юних спортсменів. Вже у віці 7-8 років дітям необхідно володіти певним арсеналом ударів, щоб у майбутньому успішно вдосконалювати їх виконання для досягнення високих результатів у професійному спорті. Відомо, що досягти високих результатів на міжнародній арені можливо лише при наявності широкого арсеналу технічних прийомів і в першу чергу активних засобів нападу: сильної подачі, впевненої, динамічної та варіативної гри, що підкріплена високим рівнем фізичної підготовленості спортсменів [6, 8, 10]. Саме тому вже на першому році навчання виникає проблема швидкого та якісного освоєння техніки юними тенісистами.

Ураховуючи той факт, що в Україні дитячий теніс поступово переходить у систему клубних організацій, виникає необхідність удосконалення методики організації навчально-тренувального процесу, планування різних видів підготовки та фізичного навантаження, формування знань тактики, суддівської й інструкторської практики [1, 9]. У зв'язку з вище зазначеним і виникає необхідність вдосконалення методики планування навчально-тренувального процесу та визначення її впливу на рівень оволодіння технічними навичками тенісистів першого року навчання.

Мета – дослідити вплив методики планування навчально-тренувального процесу в умовах клубної системи на рівень технічної підготовленості юних тенісистів 7-8 років.

Завдання:

1. Охарактеризувати методику планування навчально-тренувального процесу юних тенісистів 7-8 років в групах початкової підготовки.
2. Визначити ефективність впровадження розробленої методики на рівень технічної підготовленості юних тенісистів протягом першого року навчання.
3. Охарактеризувати взаємозв'язки між рівнем володіння м'ячем та техніки гри до та після педагогічного експерименту.

Методи та організація дослідження. Для вирішення поставленої мети нами були використані наступні методи дослідження: аналіз та узагальнення літературних джерел, педагогічне спостереження, педагогічне тестування технічної підготовленості, методи математичної статистики. Педагогічне дослідження проводилося на базі спортивного клубу «Восход» м. Дніпропетровська. У педагогічному експерименті брали участь 30 юних тенісистів 7-8 років, які займалися у групах початкової підготовки.

Результати дослідження та їх обговорення. Результати констатуючого експерименту, засвідчили недостатній рівень володіння м'ячем, загальної фізичної підготовленості та спеціальних здібностей юних тенісистів, а також визначені кореляційні зв'язки між вище зазначеними показниками й стали підґрунтям розробки тренувальних блоків вправ з фізичної та технічної підготовки з урахуванням специфіки виду спорту. Розроблена нами методика була побудована з урахуванням системи клубної організації навчально-тренувального процесу й передбачала такі складові, як: загальну кількість годин відповідно до програми ДЮСШ; використання матеріально-технічної бази спортивного клубу; дотримання основних принципів: дидактичних (науковості, систематичності та послідовності, свідомого ставлення до занять та активності, самостійності, наочності, доступності та індивідуалізації, різнобіччя та новизни) і специфічних (спрямованості на досягнення найвищих результатів, співвідношення норм часу в різних заняттях загального часу режиму дня юного спортсмена, поступового зростання навантажень протягом року, єдності загальної та спеціальної підготовки, оптимізації співвідношення тренувальних засобів протягом року); перерозподіл співвідношення сторін підготовки; поступове збільшення часу тренувань, обсягу й інтенсивності виконання фізичного навантаження. Особливістю методики була розробка тренувальних блоків з фізичної, технічної підготовки з використанням засобів тактики та ігрового підходу до інструкторської й суддівської практик, що дозволило спрямувати навчально-тренувальний процес на ефективне оволодіння технічними навичками, підвищення рівня спеціальних здібностей та здатності до відновлення організму юних тенісистів й сприяло ефективній ігровій діяльності [3]. Контроль рівня технічної підготовленості юних тенісистів здійснювався за критеріями: рівень володіння м'ячем – набивання ракеткою м'яча об землю провідною та непровідною рукою, підбивання м'яча вверх ракеткою провідною та непровідною рукою (оцінка – в кількості ударів); техніка гри відповідно до тестів програми ДЮСШ – «гра з льоту та відскоку», «гра партнера – з льоту, випробовуваного – з відскоку», «гра партнера – з відскоку випробовуваного – з льоту», «гра з відскоку на задній лінії по діагоналі справа та зліва», виконання 10 подач (оцінка гри – кількість ударів до виконання помилки, при подачі – кількість попадань в зону подачі та експертна оцінка техніки гри провідними тренерами з тенісу СК „Восход”).

Для зіставлення рівня технічної підготовленості юних тенісистів контрольної та експериментальної груп до початку занять та після першого року тренувань нами було розраховано середній бал, стандартне відхилення, коефіцієнт варіації та

t-критерій Стьюдента. Отримані результати рівня володіння м'ячем юними тенісистами, представлені в таблиці 1, свідчать про те, що, як у контрольній, так і в експериментальній групах відбулись вірогідні зміни, а саме – приріст у показниках виконання вправ з тенісним м'ячем. Однак в експериментальній групі приріст показників вище, ніж у контрольній (при $p < 0,001$ та при $p < 0,05-0,001$, відповідно до груп).

Таблиця 1

Показники рівня володіння м'ячем юних тенісистів до та після експерименту контрольної (n=15) та експериментальної груп (n=15)

Контрольний тест	Етап експерименту	Показники								
		\bar{x}		$\pm S$		V %		P		
		КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	
Набивання ракеткою м'яча об землю провідною рукою, кількість ударів	до	21,80	25,80	4,96	8,72	22,75	33,80	<0,01 10,681	<0,001 20,265	
	$p > 0,05 (t=1,544)$									
	після	77,87	146,80	19,72	21,42	25,32	14,59			
$p < 0,001 (t=9,171)$										
Набивання ракеткою м'яча об землю непровідною рукою, кількість ударів	до	9,27	8,27	6,62	2,71	71,40	35,26	<0,01 6,082	<0,001 18,151	
	$p > 0,05 (t=0,536)$									
	після	27,33	65,87	9,41	11,94	34,42	18,13			
$p < 0,001 (t=9,818)$										
Підбивання м'яча вверх ракеткою провідною рукою, кількість ударів	до	11,40	13,73	4,69	5,56	41,12	40,49	<0,001 18,429	<0,001 20,646	
	$p > 0,05 (t=1,243)$									
	після	83,60	156,80	14,43	26,25	17,26	16,74			
$p < 0,001 (t=9,463)$										
Підбивання м'яча вверх ракеткою непровідною рукою, кількість ударів	до	6,40	7,27	2,20	5,24	34,33	30,76	<0,05 3,701	<0,001 19,056	
	$p > 0,05 (t=0,846)$									
	після	14,33	64,87	8,01	11,23	55,86	17,31			
$p < 0,001 (t=14,19)$										

Треба зазначити, що в експериментальній групі коефіцієнт варіації після першого року тренувань суттєво знижується до 14,59–18,13% при тому, що до початку занять він складав понад 30,76–40,49%. Дані результати свідчать про більшу скупченість результатів після першого року занять, ніж до їхнього початку. У контрольній групі як на початку (від 22,75% до 71,40%), так і наприкінці першого року занять коефіцієнт варіації має широкий діапазон (від 17,26% до 55,86%). Відмінною рисою даних показників є існуюча достовірна різниця після року тренувань за t-критерієм Стьюдента при $p < 0,001$ між виконанням тестів провідною і непровідною рукою, а також – між контрольною та експериментальною групами при $p < 0,05-0,01$ при тому, що до початку занять рівень володіння м'ячем практично однаковий і достовірних відмінностей не спостерігалось. Проведений нами кореляційний аналіз показав (табл. 2), що у контрольній і в експериментальній групах після першого року тренувань збільшуються коефіцієнти взаємозв'язків між показниками тестів набивання ракеткою м'яча об землю провідною і непровідною рукою. Знижується кореляційна залежність у контрольній групі при виконанні тесту підбивання м'яча вверх ракеткою провідною і непровідною рукою (з $r=0,73$ до $r=0,44$) та в експериментальній – при виконанні тестів набивання ракеткою м'яча об землю та підбивання м'яча вверх ракеткою непровідною рукою (з $r=0,64$ до $r=0,05$).

Необхідно зауважити, що визначилась сильна кореляційна залежність (у контрольній – $r=0,92$ та $0,87$; в експериментальній – $r=0,92$ та $0,86$) у тестах: «набивання ракеткою м'яча об землю» та «підбивання м'яча вверх ракеткою провідною і непровідною рукою» – як до початку занять, так і після першого року тренувань. Таке визначення взаємозв'язків дозволяє тренерам прогнозувати значення одного показника через інший.

Таблиця 2

Коефіцієнти кореляції між показниками рівня володіння м'ячем юних тенісистів на початку і після першого року тренувань в контрольній та експериментальній групах

Контрольний тест	Набивання ракеткою м'яча об землю провідною рукою	Набивання ракеткою м'яча об землю непровідною рукою	Підбивання м'яча вверх ракеткою провідною рукою	Підбивання м'яча вверх ракеткою непровідною рукою
Контрольна група				
Набивання ракеткою м'яча об землю провідною рукою		0,69**	0,83***	0,25*
Набивання ракеткою м'яча об землю непровідною рукою	0,44*		0,43*	-0,17
Підбивання м'яча вверх ракеткою провідною рукою	0,24*	0,37*		0,44*
Підбивання м'яча вверх ракеткою непровідною рукою	0,07	0,18	0,73***	
Експериментальна група				
Набивання ракеткою м'яча об землю провідною рукою		0,61**	0,60**	0,37*
Набивання ракеткою м'яча об землю непровідною рукою	0,49*		0,24*	0,05
Підбивання м'яча вверх ракеткою провідною рукою	-0,04	0,14		0,58**
Підбивання м'яча вверх ракеткою непровідною рукою	0,36*	0,64**	0,51**	

Примітки: Зліва-внизу до експерименту, справа-вверху після експерименту: * - слабка кореляційна залежність, ** - середня кореляційна залежність, *** - сильна кореляційна залежність.

Рівень техніки гри за контрольними нормативами ДЮСШ після педагогічного експерименту дозволив нам визначити ефективність розроблених блоків вправ з технічної підготовки юних тенісистів. Критеріями оцінки рівня технічної підготовленості була кількість виконаних ударів (різними способами) до виконання помилки, кількість виконаних правильних подач та експертна оцінка провідних тренерів з тенісу СК „Восход”. Середні значення показників техніки гри юних тенісистів після першого року навчання (табл. 3) в експериментальній групі в контрольних тестах: «гра з льоту», «гра партнера – з льоту, випробовуваного – з відскоку» та «гра з відскоку на задній лінії» відповідають оцінці «відмінно». У тестах: «гра партнера – з відскоку, випробовуваного – з льоту» та «гра на задній лінії по діагоналі зліва та справа» рівень виконання даних вправ відповідає оцінці «добре», а подача – «задовільно». У контрольній групі даний рівень за всіма контрольними тестами відповідає оцінці «задовільно» і тільки у тесті «гра з відскоку на задній лінії» – оцінці «добре».

Таблиця 3

Показники техніки гри за тестами ДЮСШ юних тенісистів після першого року навчання в контрольній та експериментальній групах (кількість ударів)

Контрольний тест	Контрольна група (n=15)			Експериментальна група (n=15)			t- Стьюдента	P
	\bar{x}	$\pm S$	V%	\bar{x}	$\pm S$	V%		
Гра з льоту	8,00	2,27	28,35	16,13	4,21	26,07	6,592	<0,001
Гра партнера з льоту, випробовуваний грає з відскоку	9,80	2,18	22,22	15,60	4,40	28,23	4,572	<0,01
Гра партнера з відскоку, випробовуваний грає з льоту	8,13	3,20	39,40	11,07	2,63	23,78	2,740	<0,05
Гра з відскоку на задній лінії	11,20	2,73	24,38	22,00	9,95	45,23	4,054	<0,01
Гра з відскоку на задній лінії по діагоналі справа	8,60	2,67	31,01	14,87	2,77	18,66	6,307	<0,001
Гра з відскоку на задній лінії по діагоналі зліва	7,67	2,32	30,26	13,47	3,42	25,39	5,436	<0,001
10 подач	5,73	1,28	22,32	7,13	1,46	20,43	2,795	<0,05

Аналізуючи результати контрольних тестів, ми з'ясували, що діапазон виконаних результативних ударів становить: гра з льоту у контрольній – 5–11 ударів, в експериментальній – 11–24 удари; гра партнера з льоту, випробовуваного – з відскоку у контрольній – 5–13 ударів, в експериментальній – 9–25 ударів; гра партнера з відскоку, випробовуваного – з льоту у контрольній – 5–14 ударів, в експериментальній – 7–15 ударів; гра з відскоку на задній лінії у контрольній – 5–14 ударів, в експериментальній – 14–52 удари; гра з відскоку на задній лінії по діагоналі справа та зліва у контрольній – 5–14 та 5–11 ударів (відповідно), в експериментальній – 12–20 та 9–21 удари (відповідно); 10 подач: у контрольній – 4–8 безпомилкових подач, в експериментальній – 5–10 безпомилкових подач. За результатами експертної оцінки техніка гри контрольної групи в середньому – 4,01 бали, а експериментальної – 4,78 бали. Експертна оцінка показала, що на «відмінно» виконали тест «гра з відскоку справа» усі юні тенісисти експериментальної групи, в останніх тестах даної групи діапазон оцінок склав від 4 до 5 балів, при цьому в контрольній групі – від 3 до 5 балів. Необхідно зазначити, що при виконанні тестів «гра з льоту справа», «з відскоку справа та зліва» визначились достовірні відмінності між контрольною та експериментальною групами при $p < 0,01$ ($4,12 \pm 0,55$ та $4,95 \pm 0,09$ – «гра з льоту справа»; $4,37 \pm 0,33$ та $5,00 \pm 0,00$ – «гра з відскоку справа»; $4,00 \pm 0,41$ та $4,82 \pm 0,22$ – «гра з відскоку зліва», відповідно до груп), найменші відмінності – «гра з льоту зліва» при $p < 0,05$ ($3,89 \pm 0,38$ та $4,71 \pm 0,30$, відповідно до груп), найбільші при виконанні подачі – $p < 0,001$ ($4,50 \pm 0,35$ та $3,61 \pm 0,39$, відповідно до груп).

Крім того, нами був проведений кореляційний аналіз між показниками техніки гри та рівнем володіння м'ячем юних тенісистів після першого року навчання. За результатами отриманих даних, можна говорити про більш тісний зв'язок в експериментальній групі, який представлено на рисунку 1. Отже, в експериментальній групі 16 середніх та слабких кореляційних зв'язків, у контрольній – 14. Виникає середня (5 випадків) та слабка (2 випадки) залежність в експериментальній групі за усіма тестами на техніку гри та вправою «набивання ракеткою м'яча об землю провідною рукою».

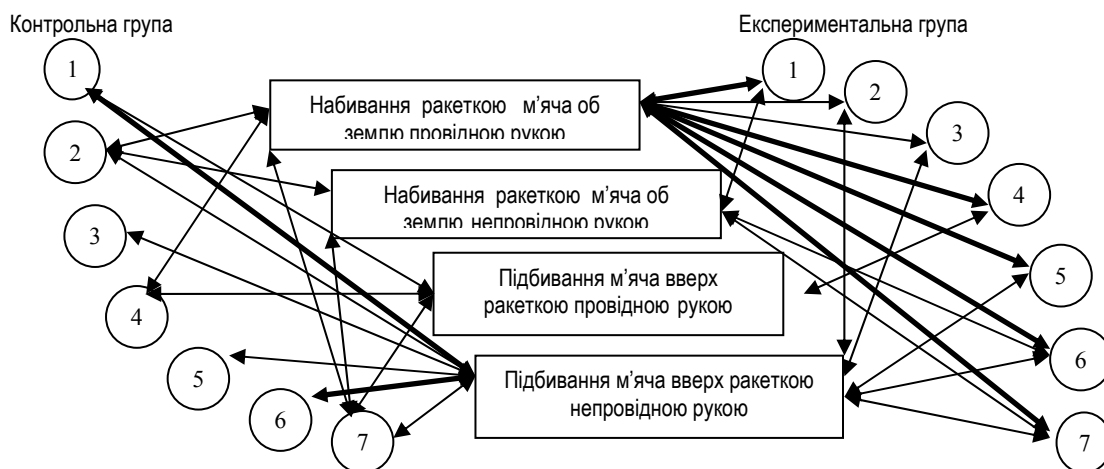


Рис. 1. Кореляційний зв'язок між показниками техніки гри (відповідно до контрольних тестів ДЮСШ) та рівнем володіння м'ячем контрольної та експериментальної груп: 1 – гра з льоту; 2 – гра партнера – з льоту, випробовуваного з відскоку; 3 – гра партнера – з відскоку, випробовуваного – з льоту; 4 – гра з відскоку; 5 – гра з відскоку на задній лінії по діагоналі справа; 6 – гра з відскоку на задній лінії по діагоналі зліва; 7 - 10 подач; ➔ - середній кореляційний зв'язок; ➡ - слабкий кореляційний зв'язок.

Оригінальні результати отримані у контрольній групі за тестом «підбивання м'яча вверх ракеткою непровідною рукою», – виникло 4 слабкі та 2 середні залежності з тестами з технічної підготовленості юних тенісистів, за винятком гри з

відскоку. Таким чином, кореляційний аналіз показав, що в експериментальній групі статистичні взаємозв'язки сильніші, ніж у контрольній. На підставі отриманих коефіцієнтів кореляції можна говорити про залежність між технічними прийомами, а саме – між технікою гри та рівнем володіння м'ячем. Кореляційні поля свідчать про більшу статистичну залежність в експериментальній групі, оскільки рівень технічної підготовленості тут значно вищий, ніж у контрольній.

ВИСНОВКИ. Проведене дослідження свідчить про ефективність методики планування навчально-тренувального процесу тенісистів першого року навчання, у зв'язку з тим, що в експериментальній групі, у порівнянні з вихідним рівнем та результатами контрольної групи значно підвищилися показники у тестах рівня володіння м'ячем та техніки гри. З'ясовано, що в експериментальній групі кореляційний зв'язок показників техніки гри за тестами програми ДЮСШ юних тенісистів після першого року навчання має в усіх випадках сильний та середній взаємозв'язок, а в контрольній в окремих випадках середній та слабкий зв'язок.

ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ. Полягають у вивченні впливу методики планування навчально-тренувального процесу на рівень фізичної підготовленості юних тенісистів 7-8 років та визначенні взаємозв'язків між показниками фізичної і технічної підготовки.

ЛІТЕРАТУРА

1. Ібраїмова М.В. Сучасна школа тенісу: початкова підготовка: навчальний посібник [для студентів вищих навчальних закладів фізичної культури і спорту] / М.В. Ібраїмова, О.В. Ханюкова, Л.В. Поліщук. – К: Експрес, 2013. – 204 с.
2. Креспо М. Подготовка юных теннисистов: учебно-методическое пособие для тренеров / М. Креспо, М. Рейд. – Валенсия: изд-во МФТ, 2013. – 320 с.
3. Лазарчук О.В. Побудова тренувального процесу тенісистів першого року навчання в умовах клубної системи: автореф. дис... на здобуття наук. ступеня к. наук з фіз. вих. і спорту : спец. 24.00.01 / О.В. Лазарчук; Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту. — Дніпропетровськ., 2009. — 20 с.
4. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение / В.Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2013. – 624 с
5. Теніс: Навчальна програма для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю /М.В. Ібраїмова. - К.: РНМК, 2012. – 158 с.
6. Baxter-Jones A.D.G., & Maffulli, N. (2003). Parental influence on sport participation in elite young players. J. Sports Med., & Phys. Fit., 43:250-55.
7. Elliot B. Biomechanics of advanced tennis /B.Elliot, M.Reid, M.Crespo. - ITF, 2003. - 220 p.
8. Elliot B. Technique development in tennis stroke production / B.Elliot, M.Reid, M.Crespo. - ITF. 2009. - 162 p.
9. Saviano, N. (1999). Establishing a Developmental Plan. High Performance Coaching, 1 1.
10. Woods, R.B. (2001). Children development: Its impact on the young tennis player. In USA Tennis Parent's Guide USTA. Key Biscayne, Fl. - P. 16-22.

Хорошуха М. Ф.

Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова

ОСОБЛИВОСТІ ЗМІН ФУНКЦІЇ СПРИЙНЯТТЯ ЧАСУ У ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ 13–16 РОКІВ В ЗАЛЕЖНОСТІ ВІД СПРЯМОВАНOSTІ ЇХ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ (ПОВІДОМЛЕННЯ ПЕРШЕ)

Розглянуто особливості специфічного впливу тренувальних навантажень різної спрямованості на організм юних спортсменів. В експерименті брали участь 123 підлітка, які займалися різними видами спорту (група А – швидкісно-силові види спорту, група Б – види спорту на витривалість) та 30 учнів загальноосвітніх навчальних закладів, які не займаються спортом у віці 13–16 років. Описана методика проведення психофізіологічних досліджень у вивченні психічної функції сприйняття часу. Дається порівняльний аналіз змін показників зазначеної функції обстежуваних. Виявлено, що специфіка тренувального процесу накладає відбиток на характер змін функції сприйняття часу у юних спортсменів..

Ключові слова: психічні процеси, функція сприйняття, дослідження, спортсмени, учні, підлітковий вік.

Хорошуха М. Ф. Особенности изменений функции восприятия времени у юных спортсменов 13–16 лет в зависимости от направленности их тренировочного процесса. Рассмотрены особенности специфического воздействия тренировочных нагрузок различной направленности на организм юных спортсменов. В эксперименте принимали участие 123 подростка, занимающихся разными видами спорта (группа А – скоростно-силовые виды спорта, группа Б – виды спорта на выносливость) и 30 учащихся общеобразовательных учебных заведений, не занимающихся спортом в возрасте 13–16 лет. Описана методика проведения психофизиологических исследований в изучении психической функции восприятия времени. Дается сравнительный анализ изменений показателей упомянутой функции обследуемых. Установлено, что специфика тренировочного процесса отражается на характере изменений функции восприятия времени у юных спортсменов.

Ключевые слова: психические процессы, функция восприятия, исследования, спортсмены, учащиеся, подростковый возраст.

Khoroshukha M.F. Features of changes of function of perception of time for young sportsmen 13-16 depending on an orientation them training process. The features of specific influence of the training loading of different orientation are considered on the organism of young sportsmen. Researches were conducted on the base of Brovary higher school of physical culture. In an experiment participated 123 teenagers, that engaged in the different types of sport [group And are speed-power types of sport : track-and-field(hurried 100 and 200m, jumps, shotputs and discus throwing), boxing, free fight; a group B is types of sport