

**Аннотація:** Тищенко Т.Б. *Особенности формирования профессионально значимых качеств будущих тренеров-преподавателей по волейболу в высших учебных заведениях.*

В современных образовательных реалиях высшего физкультурного образования, которые опираются на гуманистическую методологическую основу, ведущим ориентиром является личностное становление индивида. Обществу необходимы специалисты, способные на основе интеграции общечеловеческих и профессиональных ценностей реализовывать в профессии свой индивидуальный способ жизнедеятельности, ориентироваться на современные технологии, наработать собственную стратегию профессиональной деятельности, реально оценивать свои возможности и нести ответственность за результаты своего труда. Анализ научной литературы и собственный опыт преподавательской деятельности позволили раскрыть профессионально значимые качества будущих тренеров-преподавателей по волейболу, которые являются совокупностью наиболее существенных, относительно стойких их свойств и характеристик, которые обуславливают эффективное выполнение ними определенных профессиональных функций и определяют индивидуальный стиль тренерской деятельности.

**Ключевые слова:** формирование, профессионально значимые качества, будущих тренеров-преподавателей, по волейболу в высших учебных заведениях.

**Annotation:** Tyshchenko T. B. *Features of forming professionally of meaningful qualities of future trainers-teachers are from volley-ball in higher educational establishments.*

In modern educational realities of higher athletic education, which lean against humanism methodological basis, leading ориентиром is the personality becoming of individual. To society necessary specialists, capable on the basis of integration of common to all mankind and professional values to realize the individual method of vital functions in a profession, oriented in the far of existent technologies, напрацьовувати own strategy of professional activity, really to estimate the possibilities and carry responsibility for the results of the labour. The analysis of scientific literature and own experience of teaching activity allowed to find out professionally meaningful qualities of future trainers-teachers from volley-ball, which are the aggregate of most substantial, in relation to their proof properties and descriptions which stipulate effective implementation by them certain professional functions and determine individual style of trainer's activity.

**Key words:** forming, professionally meaningful qualities, future trainers-teachers, from volley-ball in higher educational establishments.

Чертов І.І.

Національний університет "Одеська юридична академія"

#### ОСНОВНІ ПРИНЦИПИ НАУКОВОГО УПРАВЛІННЯ УЗАГАЛЬНЕНОЮ ПІДГОТОВЛЕНІСТЮ В СПОРТИВНИХ ДВОБОЯХ

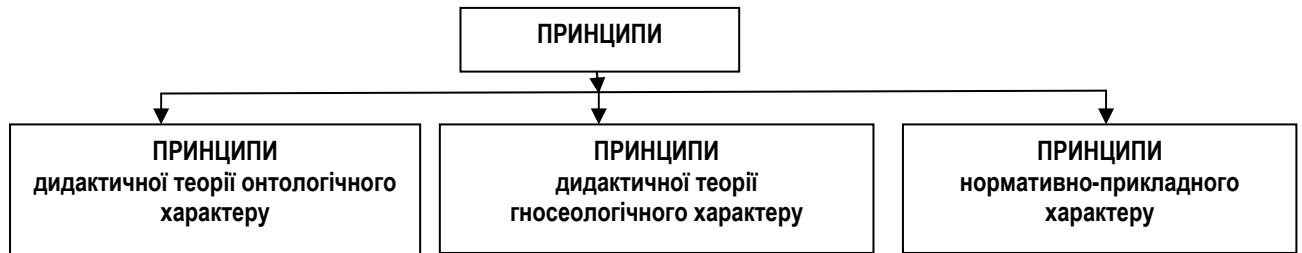
В статті дається аналіз принципів дидактики, відокремлюються основні принципи наукового управління узагальненою підготовкою в спортивних двобоях (боротьбі на поясах алиш, дзюдо).

**Ключові слова:** принципи, дидактика, узагальнена підготовка, спортивні двобої, алиш, дзюдо

У дидактиці розрізняє два види принципів (І.Я. Лернер 1985, с.36). Одна група принципів відноситься до дидактичної теорії, до основ її будування. Це принципи дидактики. До них можна віднести такі: головним

дидактичним відношенням є відношення між взаємодіючими, діяльністю викладання, діяльністю учіння й змістом освіти; навчання як цілеспрямована передача соціального досвіду від покоління до покоління; навчання як єдність змісту і процесу; історичність цілей та змісту освіти, їх обумовленість соціальним ладом і потребами суспільства та ін. Сукупність таких принципів ієрархізується ступенем узагальненості та охоплюваного ними арсеналу навчання. Усі вони пояснюють різні аспекти навчання, і для того, щоб стати принципом діяльності, вони повинні бути переформульовані, поєднані, розвинуті тощо.

Другий тип принципів, які торкаються навчання не як явища, не як соціального інституту, а як виду соціальної діяльності, характеризує напрям з організації навчання, його конструювання, проектування, словом, здійснення, а не пізнання й пояснення (поєднання конкретного та абстрактного та ін.). Між указаними двома групами принципів є ієрархічний зв'язок - другі неможливі без перших. Іншими словами, принципи навчання можуть бути встановлені тільки на основі дидактичної теорії або сукупності теоретичних узагальнень про навчання. Таким чином, можна говорити про різнопорядкові групи принципів у дидактиці: про принципи дидактичної теорії онтологічного характеру, про принципи дидактичної теорії гносеологічного характеру і про принципи навчання, що мають практичний, тобто нормативно-прикладний характер (рис.1).



**Рис.1.** Структура принципів дидактики

До основних критеріїв, або вимог до принципів І.Я. Лернер відносить:

- а) інструментальність, тобто відомість способу застосування;
- б) універсальність, тобто віднесеність принципу до всякого навчання;
- в) необхідність кожного принципу, тобто неможливість без нього організувати навчання повноцінним;
- г) незалежність принципів, тобто їх неперехресчуваність, їх непідмінність і не вбирання іншими принципами; достатність усієї сукупності принципів, що забезпечує цілісний і повноцінний процес навчання з точки зору його сучасних цілей, закономірностей і цілісної дидактичної теорії.

До джерел принципів І.Я. Лернер (1985, с.38) відносить:

- 1) суспільні цілі та потреби;
- 2) закономірності процесу навчання. Ці джерела забезпечують виділення принципів.

Аналіз підходів різних учених до визначення номенклатури дидактичних принципів дозволив В.І. Лозовій та Г.В. Троцько (2002, с. 223- 224) скласти певний їх перелік та стислі характеристики:

1. *Науковості*: науковості і доступності, науковості і посильної трудності, науковості змісту виховання і навчання, науковості і врахування вікових та індивідуальних можливостей учнів.

2. *Доступності навчання*: доступності і посильності, доступності врахування вікових та індивідуальних особливостей учнів, доступності подолання труднощів учнів у пізнанні та перетворенні дійсності.

3. *Наочності в навчанні*: наочності навчання і розвитку теоретичного мислення, наочності, або заповнення простору між конкретним і абстрактним.

4. *Зв'язку теорії з практикою*: зв'язку навчання з життям, з продуктивною працею; зв'язку навчання з життям; зв'язку теорії з практикою, навчання з життям; зв'язку навчання і виховання з суспільно - корисною продуктивною працею; зв'язку школи з життям, із розв'язанням завдань прискорення розвитку країни.

5. *Систематичності навчання*: систематичності в засвоєнні знань, систематичності й послідовності навчання, систематичності й послідовності.

6. *Системності*: системності, або упорядкування знань.

7. *Свідомості і активності учнів у навчанні*: свідомості і активності учнів у навчанні за керуючою роллю вчителя, свідомого навчання і творчої активності учнів, свідомого засвоєння знань, свідомої і творчої активності учнів за керуючою роллю вчителя, свідомості, активності і самостійності учнів у навчанні; свідомості й міцності засвоєння знань, навичок і умінь; свідомості, активності, самодіяльності, творчості учнів; свідомості й активної участі учнів у процесі навчання.

8. *Міцності засвоєння знань*: міцності засвоєння знань та їх зв'язку із всебічним розвитком пізнавальних сил учнів, міцності знань, умінь і навичок; міцності знань.

9. *Індивідуального підходу до учнів за умов колективної навчальної праці з класом*: фронтальності, колективності та індивідуалізації навчання в їх оптимальному сполученні; колективного характеру навчання і враховування індивідуальних особливостей учнів, індивідуального підходу до учнів, сполучення індивідуального підходу і колективізму в навчанні або зв'язку інтересів особистості і суспільства, колективного характеру виховання і навчання.

10. *Самостійності й активності учнів у навчанні*: самостійності або обмежування залежності учнів від учителя, переходу від навчання до самоосвіти.

11. *Виховання в процесі навчання*: виховуючого навчання, виховуючого характеру навчання.

12. *Позитивного емоційного фону навчання*: емоційності навчання.

13. *Поваги до особистості дитини в сполученні з розумною вимогливістю*.

14. *Оперативності знань*.

15. *Цілеспрямованості педагогічного процесу, ефективності або зв'язку між метою і результатами навчання*.

16. *Навчання на високому рівні труднощів*: швидкого темпу у навчанні, провідної ролі теоретичних знань, усвідомлення школярами процесу навчання, цілеспрямованої і систематичної роботи вчителя над розвитком усіх учнів, у тому числі і найбільш слабких.

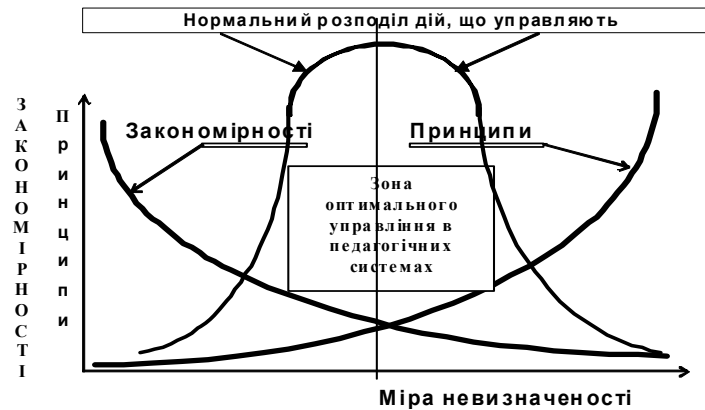


Рис.2. Основні принципи наукового управління узагальненою підготовленістю в спортивних єдиноборствах

1. Принцип найближчого шляху : та теорія і методика підготовки кращі, яка веде до перемоги найкоротшим шляхом;
2. Принцип мінімакса : та теорія і методика підготовки кращі, яка при мінімальних витратах в засобах підготовки дає максимальний результат змагання ;
3. Принцип ефективності пророцтва спортивного майбутнього : ефективність пророцтва тим вище, чим точніше співпадає евристичний(мисленний) майбутній спортивний результат з фактичним результатом;
4. Принцип переваги : доводиться жертвувати однією максимальною умовою заради реально можливого іншого. Наприклад, при збільшенні точності пророцтва спортивного результату зменшується простота розрахунку, при спрощенні розрахунку пророцтва зменшується точність пророцтва спортивного результату, збільшення глибини проникнення в невідоме спортивне майбутнє відбувається за рахунок зменшення точності і простоти пророцтва спортивного результату і так далі

**Принципи навчання:** принцип навчання, що розвивається на високому рівні труднощі, принцип науковості навчання, принцип оптимізації, принцип свободи мислення, принцип цілеспрямованості, принцип заперечення, принцип комплексного підходу, принцип єдності придатності орієнтації і відбору, принцип єдності інтересів спорту і інтересів особи, принцип діагностики навчання, принцип послідовності і вибірковості, принцип єдності відбору і виховання спортсменів, принцип попередньої підготовки до відбору, принцип надійності, принцип спеціалізації, принцип всебічності, принцип свідомості, принцип поступовості, принцип повторності, принцип наочності, принцип індивідуалізації, принцип максимальних навантажень, принцип (К. Ogino або константа Н. Klaus), принцип "переганяти, не наздоганяючи", принцип нерівномірності, принцип вибору величини тренувальної дії, принцип систематичності і послідовності, принцип свідомості, активності і самостійності, принцип самостійності, принцип наочності, принцип доступності, принцип міцності знань, умінь і навиків.

Ефективність наукового передбачення спортивного майбутнього знаходиться в прямій залежності від методики його застосування (розгортання) в тимчасовому полі. Передчасний перехід до процедури прогнозування (не виконавши пророцтва) призводить до появи явищ парадоксів (табл.1).

Таблиця 1

**Ранжирування принципів і принципових положень багаторічного спортивного тренування по основних етапах підготовки [1]**

№ п/п	Назва етапу	Вік	Спрямованість навчання	Основа передбачення, бали	Принципові положення і принципи БСТ
1	Етап початкової підготовки	8 - 12 лет	ОЭД	Слабке – (0-50)	3Оп,4Оп,6Оп,3Пп.
2	Етап спеціалізованої базової підготовки	12-16 лет	ПЦДД	Середнє – (50-75)	3Оп,4Оп,6Оп,1Пп, 2Пп,3Пп,4Пп,5Пп.
3	Етап індивідуалізації підготовки	16-20 років	ВДН	Сильне –(75-240)	3Оп,4Оп,6Оп,1Пп, 2Пп,3Пп,4Пп,5Пп.
4	Етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей	20-24 роки	ИСД	Дуже сильне -(240-500 і більше)	1Оп,3Оп,4Оп,6Оп, 1Пп

**Принципи тренування:** принцип єдності спільної і спеціальної підготовки, принцип безперервності тренувального процесу, принцип циклічності тренувального процесу.

**Методологічні принципи спортивного відбору:** принцип єдності придатності, орієнтації і відбору, принцип єдності інтересів спорту і інтересів особи, принцип діагностики навчання, принцип послідовності і вибірковості, принцип єдності відбору і виховання спортсменів, принципом попередньої підготовки до відбору, принцип надійності.

**Дидактичні принципи** (принципи дидактики): принцип відповідності вмісту навчання в ДЮСШ віковим особливостям учнів, принцип доцільності, принцип економії.

**Принципи побудови рухів:** принцип багатоструктурності рухів, принцип прогресивної перебудови системи рухів.

**Принципи раціонального використання сил Г. Хохмута (Лейпціг, 1960):** принцип початкової сили і оптимального додатка максимальної сили, принцип оптимального шляху прискорення, принцип координації приватних імпульсів, принцип протидії (зустрічні рухи), принцип збереження кінетичного моменту.

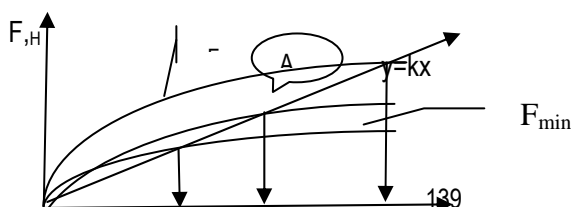
**Принципи біомеханічних махових рухів Ю. Вартенвайлера і А. Веттштайна (Цюріх, 1965):** принцип економії (м'язових сил, принцип цілісності руху (участі всього тіла), принцип ритму (чергування напруги і розслаблення м'язів), принцип трьохфазності руху (фази, що підводять, старанна і затухаюча), принцип правильного додатка сил (відцентрове перенесення рухів).

**Основні принципи наукового управління узагальненою підготовленістю:** принцип найближчого шляху, принцип мінімаксу, принцип ефективності передбачення спортивного майбутнього, принцип переваги, принцип використання передбачення на кожному етапі підготовки.

**Принципи передбачення спортивного майбутнього:** принцип найближчого шляху, принцип мінімуму в засобах підготовки для досягнення максимуму в результатах змагань.

**Принципи роботи мозку:** принцип етапності запам'ятовування інформації, принцип активного ізоморфізму, принцип компарації, принцип функціональний кільця, принцип ентропійності, принцип прогнозування, принцип мінімізації негативної афферентації.

**Принципи прогнозування:** принцип системності прогнозування, принцип узгодженості прогнозування, принцип варіантності прогнозування, принцип безперервності прогнозування, принцип верифіцируемости прогнозування, принцип рентабельності прогнозування.



$t_1$        $t_2$        $t_{mc}$   
 $t_3$

**Рис.3.** Демонстрація принципу функціональної надмірності та надійності при виконанні кидку прогибом, де:

$F_{min}$  - мінімальна сила опіру противника;

$F_{max}$  - максимальна сила опіру противника;

$y=kx$  – закон наростання сили виконання кидка;

A – зона надмірності і надійності (всі ординати вище  $y=kx$ );

$t_1$  – відрив противника з мінімальним опіром;

$t_2$  - відрив противника зі середнестатистичним опіром;

$t_3$  - відрив противника з максимальним опіром

**Правило проведення зустрічної атаки** (порада тренеру): Для уникнення зустрічної атаки противника необхідно замаскувати початок своєї атаки відволікаючими діями, як-то:

- пересмикування пояса руками;
- флеш-атака ногами;
- початком ложної атаки;
- проведенням комбінації і т.д.

### **ПРАВИЛА**

Правило побудови тренувальних циклів ,Правило змерджентности, Правила тренування, Правило скелетних м'язів, Правила побудови рухів на етапах підготовки :1. Правило субординації, 2.Правило автономності, 3. Правило синергізму, 4. Правило антагонізму, 5. Правило кореляції, 6. Правило “положення плечового поясу”

При виконанні спортивних вправ чітко виявляються два правила:

**1. правило ”різноманіття єдиного”** - безліч сторін, особливостей і можливостей при виконанні головного завдання;

**2. правила “єдності різнорідного”** - цілеспрямованість і взаємодопомога безлічі різних рухів, значних і малозначних, об'єднаних в тривалому тренуванні.

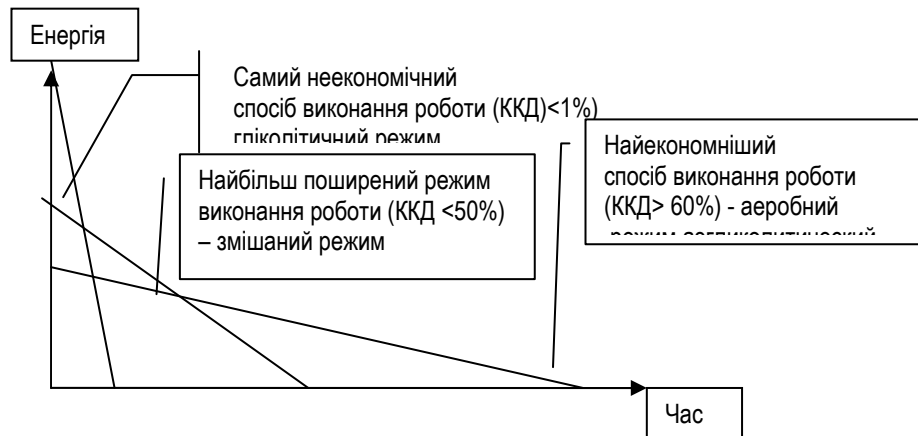
**Дидактичні Правила:** 1. Результати навчання, 2,3. Продуктивність засвоєння заданого обсягу знань, умінь, 4-7. Результати навчання, 8. Продуктивність засвоєння заданого обсягу знань, умінь, 9-11,14-15. Результати навчання залежать від, 13. Розумовий розвиток, 16,17. Продуктивність засвоєння знань, умінь, 17. Продуктивність творчого мислення тих, що тренуються.

**Педагогічні Правила:** 1-6. Продуктивність навчання, 7. Результати засвоєння, 8-9,11. Продуктивність навчання, 10. Навчена, 12. Міцність запам'ятовування, 13. Кількість повторень, 14. Відсоток збереження завченого, 15. За інших рівних умов ефективність розподіленого навчання, 16. Розумове стомлення, 17. Розумова працездатність.

**Кібернетичні Правила:** 1. Ефективність навчання, 2. Якість знань, 3. Якість навчання, 4. Ефективність управління, 5. Продуктивність навчання, 6-8. Ефективність навчання, 9. Дідактогенія (грубе відношення тренера до тих, що займаються).

**Організаційні Правіла:** 1. Ефективність навчання, 2. Результати навчання, 3. Продуктивність навчання.

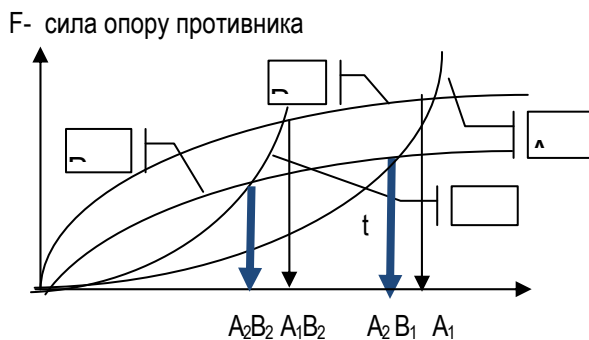
**Методичний прийом навчання новим руховим діям.** Цікавим для практики навчання новим руховим діям є факт, який свідчить, що при досягненні високого ступеня стомлення варіативність диференціровки зусилля знижується. Це явище можна використовувати як методичний прийом при навчанні й удосконаленні рухів з метою їх більш високої стабільності та надійності (рис.4).



**Рис.4.** Методичний прийом навчання та закріплення техніки у спортивних двобоях

В даному випадку використовується **Принципово положення** про те, що процеси оптимального управління у діяльності ЦНС необхідно розглядати з точки зору комплексного енергоінформаційного критерію оптимальності, адекватного ставлення жорстких і гнучких систем.

**Концепція освоєння атаки на зустріч прогибом (освоєння швидкісно-силового параметру руху) рис.5**



**ЗАКОН:** Підвищення результативності виконання кидка  
**ЗАКОНОМІРНІСТЬ:** борці з різної швидкісно-силовою підготовкою мають різний час відриву противника  
**ПРИНЦИП:** функціональної надмірності та надійності (зона результативних кидків розташована вище лінії напруги, що розвивається спортсменом при кидку)  
**ПРАВИЛО:** при проведенні прийому необхідно попередити зустрічну атаку противника

**Рис.5.** Розгортання дидактичної структури при проведенні зустрічної атаки прогибом, де:  $A_1A_2$  - сила опору противника з різною швидкісно-силовою підготовкою,  $B_1B_2$  - сила, яку вкладають в кидок спортсмени з різною швидкісно-силовою підготовкою,  $t$  - час виконання кидку, мс

**НАПРЯМОК ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ** – накопичення нових знань про компоненти дидактики.

**ВИСНОВОК.** Подальше розгортання дидактичної системи фізичної культури та спорту потребує концентрації зусиль дослідників багатьох галузей сучасної науки, відкриття нових законів існування чоловіка у всесвіті.

**ЛІТЕРАТУРА**

1. Арзютов Г.Н. Теория и методика поэтапной подготовки спортсменов (на материале дзюдо). Диссертация док. пед. наук: – Киев, 2001. 13.00.04 - теория и методика профессионального образования и 13.00.02 - теория и методика обучения физической культуре и спорту.

2. Арзютов Г.Н. Теория и методика поэтапной подготовки спортсменов (на материале дзюдо). Автореферат дис. док. пед. наук: - Киев, 2001. 13.00.04 - теория и методика профессионального образования и 13.00.02 - теория и методика обучения физической культуре и спорту.
3. Бернштейн Н.А. Избранные труды по биомеханике и кибернетике. М.: СпортАкадемПресс, 2001.-295 с.
4. Анохин П. К. Узловые вопросы теории функциональных систем. - М. Медицина, 1990.-196 с.
5. Арзютов Г.Н. Многолетняя подготовка в спортивных единоборствах. К.:НПУ имени М.П. Драгоманова. 1999. - 410с.

**Аннотация. Чертов И.И. Основные принципы научного управления обобщенной подготовленностью в спортивных поединках.**

В статье дается анализ принципов дидактики, отделяются основные принципы научного управления обобщенной подготовкой в спортивных поединках (борьбе на поясах алиш, дзюдо).

**Ключевые слова:** принципы, дидактика, обобщенная подготовка, спортивные поединки, алиш, дзюдо.

**Annotation. Ivan Chertov. Basic principles of scientific management by the generalized preparedness in sport duels.**

The analysis of principles of didactics is given in the article, basic principles of scientific management become separated from by the generalized preparation in sport duels(to the fight on the belts of alysh, judo).

**Key words:** principles, didactics, generalized preparation, sport duels, alysh, judo.

**Ханюкова О.**

**Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту**

### **РІВЕНЬ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ ЮНИХ ТЕНІСІСТІВ**

У статті відображені результати дослідження функціональних можливостей юних тенісистів після впровадження експериментальної методика, особливістю якої були розроблені нами тренувальні комплекси вправ з фізичної, техніко-тактичної підготовки та послідовність переходу від одного комплексу до іншого з урахуванням принципів доступності та індивідуалізації, а також поступового зростання навантаження протягом року.

**Ключові слова:** юні тенісисти, тренувальний процес, функціональні можливості, тредміл-тестування.

**Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Підготовка юних тенісистів є складним та поетапним процесом, який здійснюється у дитячо-юнацьких спортивних школах, спеціалізованих дитячо-юнацьких школах олімпійського резерву та спортивних клубах України. Підвищення ефективності їх роботи, неможливе без наукових досліджень. На початковому етапі занять відбувається закладка та формування фундаменту загальної та спеціальної фізичної підготовки, яка спрямована на розвиток основних рухових якостей (витривалість, сила, швидкість, гнучкість, координація), необхідних у спортивній діяльності. Проте слід пам'ятати, що інтенсивність роботи повинна відповідати функціональним можливостям гравця та його здібностям до відновлення [1, 2, 4, 8].