

ВИСНОВКИ

Всесвітні ігри є міжнародною спортивною подією, які проводяться один раз на чотири роки наступного року після Олімпійських ігор. В історичному розвитку вони зайняли вагоме місце у міжнародному спортивному та олімпійському русі, які мають підтримку з боку МОК, «СпортАккорду», спортивних федерацій олімпійських та неолімпійських видів спорту. До їх програми входять види спорту або їх дисципліни, які не входять до програми Олімпійських ігор та види спорту, які претендують на включення їх в програму Олімпійських ігор. Особливості тенденцій розвитку Всесвітніх ігор можна розглядати з боку кількості їх проведення, кількості країн-учасників, спортсменів-учасників змагань та глядачів, особливостей обов'язкової та демонстраційної програми, кількості розіграних комплектів медалей та залучення ЗМІ. Розвиток Всесвітніх ігор обумовлюється особливостями правил змагань Всесвітніх ігор, в яких чітко прописано, що на програму змагань впливає інфраструктура міста-організатора, національні традиції та політика спортивних федерацій, які надають заявку щодо включення виду спорту або їх дисциплін до програми й регламентують кількість ліцензій.

Аналіз показав, що тенденції розвитку Всесвітніх ігор, з одного боку, обумовлюється взаємодіями представників МАВІ, МОК, СпортАккорду, Організаційного комітету міста-проведення та міжнародних спортивних федерацій з неолімпійських видів спорту, які впливають на формування програми змагань, що в свою чергу розширює діапазон комплектів медалей. З іншого – інтенсивний розвиток неолімпійських видів спорту на різних континентах світу приводить до збільшення кількості країн-учасників та конкуренції.

ПЕРСПЕКТИВАМИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ є аналіз співвідношення сил на міжнародній арені в рамках Всесвітніх ігор під егідою СпортАккорду, Всесвітніх інтелектуальних ігор, Всесвітніх ігор військовослужбовців, Всесвітніх ігор ветеранів, Всесвітніх ігор поліцейських.

ЛІТЕРАТУРА

1. Долбишева Н.Г. Всесвітні ігри у міжнародному спортивному русі / Н.Г. Долбишева, І.М. Шевляк (сумісн. І.Т. Скрипченко). – Дніпропетровськ : Інновація, 2015. – 313 с. (гриф МОН України № 1/11-7910 від 23 травня 2014 р.).
2. Долбишева Н.Г. Співвідношення сил на міжнародній спортивній арені в рамках Всесвітніх ігор / Н.Г. Долбишева // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2015. – № 2. – С. 45-52.
3. Долбишева Н.Г. Хронологія досягнень спортсменів постсоветского пространства на Всемирных играх / Н.Г. Долбишева // Международная научно-практическая конференция по проблемам физической культуры и спорта государств-участников содружества независимых государств: материалы международной научно-практической конференции. – Минск, 2012. – Часть 2. – С. 57-61.
4. Імас Є.В. Неолімпійський спорт : [навчальний посібник] / Є.В. Імас, С.Ф. Матвеев, О.В. Борисова та ін. – К. : Олімпійська література, 2015. – 184 с.
5. Прибыльская Т. Всемирные игры : Состояние и перспективы развития в мире / Т. Прибыльская, В. Маринич // Спорт та сучасне суспільство : зб. наук. пр. – 2013. – С. 48-54.
6. Соловьева В.О. Направления развития неоллимпийского спорта / В.О. Соловьева, О.В. Борисова // Физическая культура, спорт как социальные феномены общества: ретроспектива, реальность и будущее : материалы Всероссийской с международным участием электронной студенческой научной конференции. – Иркутск : ФГБОУ НИ ИргТУ, 2013. – Т.1. – С. 315-319.
7. 7th World Games 2005 - Duisburg [electronic resource]. – Regime on access: http://www.duisburg.de/worldgames_archiv/en/default.htm
8. International World Games Association (IWGA) [ofitsiyny site]. – Regime on access : <http://www.worldgames-iwga.org/>
9. Medal Tables (In this section you can find medal tables of major sporting events and all-time medal tables) [electronic resource]. – Regime on access : <http://sports123.com/misc.html>
10. Memorandum of Understanding between the International Olympic Committee (IOC) and the International World Games Association (IWGA) / Done in Monaco on this 27th day of October 2000, in two originals in the English language [electronic resource]. – Regime on access : http://www.theworldgames.org/files/Governing_Documents/4_MoU_IOC_-_WGA.pdf
11. Rules of The World Games / (1 Jan 2005). – p. 13.
12. Rules of The World Games / (1997).
13. The World Games 2009 in Kaohsiung [electronic resource]. – Regime on access : <http://www.worldgames2009.tw/wg2009/eng/index.php>
14. World Games [electronic resource]. – Regime on access : <http://hickoksports.com/history/worldgames.shtml>

**Донець О.В.
м. Полтава**

ЕТАПНИЙ КОНТРОЛЬ ЯК ФУНКЦІЯ УПРАВЛІННЯ СИСТЕМОЮ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ ТРЕНОВАНОСТІ СПОРТСМЕНА-ЄДИНОБОРЦЯ НА ЕТАПІ БЕЗПОСЕРЕДНЬОЇ ПІДГОТОВКИ ДО ЗМАГАНЬ

У статті автор зупинився на вивченні функції етапного контролю. При цьому ним було враховано, що реалізація етапного контролю як функції управління припускає отримання інформації про стан систем функціонального забезпечення роботи в процесі самого етапу. Це передбачає вдосконалення параметрів тренувальної діяльності і необхідність здійснювати на цій основі вдосконалення поточного й оперативного контролю як засобів реалізації результатів етапного контролю, пов'язуючи їх в єдину систему управління тренувальним процесом. Аналіз даних спеціальної літератури привів до розуміння автором того, що проблема реалізації контролю як функції управління на основі застосування результатів оцінки для спрямованої модифікації

тренувального процесу досліджена недостатньо. Нормування тренувальних навантажень на основі вивчення реакції організму на навантаження з урахуванням співвідношення «доза-ефект» впливу здійснюється в системі кваліфікованої підготовки рідко. Одночасно автор підкреслює реалізацію етапного контролю як функції управління, яку здійснено при взаємозв'язку функції оцінки підготовленості і відбору спортсменів, що створює певні передумови для вдосконалення інтеграційних процесів у системі управління тренувальним процесом.

Ключові слова: етапний контроль, спеціальна працездатність, модельні характеристики, оптимізація, тренувальний процес, спортсмени-єдиноборці.

О.В. Донец «Этапный контроль как функция управления системой функционального состояния тренированности спортсмена-единоборца на этапе непосредственной подготовки к соревнованиям» В статье автор отмечает, что в результате имеющегося эмпирического опыта сложилась мысль об актуальности, возможности и необходимости обоснования и разработки методического подхода относительно применения современных средств и методов контроля в спортивных единоборствах с учетом целевых установок тренировочного процесса в период непосредственной подготовки к соревнованиям.

Ключевые слова: этапный контроль, специальная работоспособность, модельные характеристики, оптимизация, тренировочный процесс, спортсмены - единоборцы.

O. Donets. A stage control as function of management of the functional state of trained of single combat sportsmen the system is on the stage of direct preparation to the competitions. In the article an author was stopped for the study of function of a stage control. It was thus taken into account them that realization of a stage control as assumes management functions receipt of state information systems of the functional providing of work in the process of the stage. It envisages perfection of parameters of training activity and necessity to carry out on this basis perfection of current and operative control as facilities of realization of results of a stage control, binding them in single control system by a training process. The analysis of data of the special literature resulted in understanding the author of that problem of realization of control as management functions on the basis of application of results of estimation for the directed modification of training process investigational not enough. Setting of norms of the training loading on the basis of study of reaction of organism on loading taking into account correlation the "dose-effect" of influence comes true in the system of skilled preparation rarely. At the same time an author underlines realization of a stage control as to the management function that is carried out at intercommunication of function of estimation of preparedness and selection of sportsmen that creates certain pre-conditions for perfection of integration processes in control system by a training process.

Key words: a stage control, special capacity, model descriptions, optimization, training process, single combat sportsmen.

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями. З-поміж інших вагомих завдань удосконалення системи спортивної підготовки, актуальним напрямком постає збільшення змагальної практики як ефективного засобу мобілізації функціональних ресурсів організму спортсменів, стимуляції адаптаційних процесів і підвищення на цій основі ефективності процесу спортивної підготовки. Це проявляється у збільшенні числа змагальних днів і тривалості змагального періоду, числа змагань, стартів, ігор, поєдинків [19]. Реалізація цього напрямку значуща для спортивних єдиноборств, зокрема боксу, де останнім часом не лише збільшилася кількість престижних змагань, але й намітилася стійка тенденція до зміни структури самої змагальної діяльності. У зв'язку з цим, дедалі більшої ваги набуває ефективність тренувального процесу в тих структурних утвореннях річного циклу підготовки, у яких спортсмени здійснюють передзмагальну підготовку. Насамперед, привертає увагу етап безпосередньої підготовки до змагання, який у річному циклі є ключовим щодо забезпечення готовності спортсменів до головних змагань сезону [17]. При цьому на перший план виходить реалізація системи управління, котра включає планування, моделювання і прогнозування, відбір і орієнтацію на етапах багаторічної спортивної підготовки, її контроль.

Аналіз останніх досліджень та публікацій, у яких започатковано розв'язання проблеми і на які спирається автор. У спорті реалізація контролю як функції управління багато в чому залежить від вибору інформативних методів оцінки тренувального процесу і стану спортсменів. Ефективність управління в єдиноборствах тісно пов'язана з умінням урахувати залежність загальновідомих критеріїв оцінки від індивідуальних особливостей спортсмена. Суттєвим є те, що такі індивідуальні можливості проявляються в різноманітних складних поєднаннях [15] і це істотно ускладнює систему контролю і її реалізацію як функцію управління тренувальним процесом у єдиноборствах.

Актуальність вирішення цієї проблеми загострюється в передзмагальному і змагальному періодах підготовки спортсменів, коли особливу увагу привертає до себе необхідність оцінки високоспеціалізованих компонентів спеціальної витривалості єдиноборців та врахування факторів, які визначають можливості реалізації наявного рухового потенціалу [1]. На можливості і, водночас, на складності вирішення зазначеної проблеми вказують провідні спеціалісти в спортивних єдиноборствах [18, 21]. Унаслідок наявного емпіричного досвіду склалася думка про актуальність, можливість і необхідність обґрунтування та розробки методичного підходу щодо застосування сучасних засобів і методів контролю в спортивних єдиноборствах з урахуванням цільових настанов тренувального процесу в період безпосередньої підготовки до змагань. Як відомо, основні напрямки контролю визначаються компонентами структури спеціальної витривалості спортсменів. Виходячи з цього, береться до уваги факт, що єдиноборства відносяться до видів спорту, у яких рухова діяльність досягає субмаксимальної і вище потужності [9, 24]. Тому в основі системи контролю, яка склалася в єдиноборствах, лежить оцінка енергетичних процесів забезпечення спеціальної працездатності спортсменів. При цьому особливу увагу дослідники приділяють оцінці психічного стану спортсменів, а комплекс сенсомоторних реакцій розглядають як один із найважливіших показників тренуваності єдиноборців [8, 13].

Водночас у спеціальній літературі зауважено, що проблема реалізації функції контролю виникає на етапі безпосередньої підготовки до змагання, оскільки в цей період на перше місце виходить оцінка здатності організму до реалізації накопиченого потенціалу. Ця здатність пов'язана з реактивними властивостями організму, які забезпечують здатність швидко, адекватно і повною мірою реактивно реагувати на навантаження [20, 23]. Стає очевидним, що система контролю єдиборців на етапі безпосередньої підготовки до змагання допускає оцінку не лише показників працездатності спортсменів, але й тих сторін реактивних властивостей організму, які лежать в основі формування високого мобілізаційного потенціалу спортсменів у процесі тренувальної й змагальної діяльності [7]. Є всі підстави вважати, що інтегрована оцінка працездатності спортсменів і реактивних властивостей організму дозволить не лише визначити рівень розвитку функціональних можливостей спортсменів, але й уточнити спеціалізовану спрямованість тренувального процесу з урахуванням оптимізації співвідношення «доза-ефект» впливу [22, 26]. Це, вочевидь, дозволить не лише підвищити рівень спеціальної працездатності, але й збільшити здатність до його реалізації в процесі змагальної діяльності.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Отже, необхідність теоретичного обґрунтування й експериментальної перевірки нових засобів реалізації контролю як функції управління на етапі безпосередньої підготовки до змагання зумовила вибір теми нашого дослідження «Система контролю спеціальної працездатності спортсменів-єдиборців (бокс, кікбоксинг) на етапі безпосередньої підготовки до змагань». В основі розробки цієї моделі лежить інтегрована оцінка працездатності спортсменів і функціонального забезпечення роботи [10,11].

Дисертаційне дослідження виконано відповідно до теми 2.9 «Індивідуалізація тренувального процесу кваліфікованих єдиборців» Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2011–2015 рр. Міністерство України у справах сім'ї, молоді та спорту (номер державної реєстрації 0111U001723). Роль автора полягає в теоретичному обґрунтуванні та експериментальній перевірці контролю як функції управління підготовки спортсменів.

Мета роботи – обґрунтувати й розробити методичний підхід, спрямований на вдосконалення системи контролю й засобів її реалізації в умовах підготовки кваліфікованих спортсменів-єдиборців на етапі безпосередньої підготовки до змагань.

Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів. В. А. Запорожанов [12], обґрунтовуючи засоби і методи етапного контролю, виділяє два головних напрямки в його проведенні. Перший – передбачає вивчення закономірностей відновлення рухової функції спортсменів залежно від віку, кваліфікації, періодизації тренувального процесу в умовах багаторічної підготовки, чотирирічних олімпійських циклів, річного циклу і т. д. При цьому використовується широкий комплекс біологічних, біодинамічних критеріїв, основними з яких є рухові показники. Другий напрямок базується на використанні методів аналізу з метою об'єктивного опису закономірностей розвитку організму спортсменів, відбору мінімальної кількості показників, які адекватно відбивають етапні зміни стану спортсменів [12]. В. А. Запорожанов також акцентує увагу при організації етапного контролю на значенні результатів тестування, які мають практичний інтерес для тренера і спортсмена, якщо вони обговорюються як мінімум у двох напрямках:

✓ перший, коли дані обстеження конкретного спортсмена зіставляються з даними, зареєстрованими у великої групи спортсменів. Об'єктивність висновків про стан обстежуваного спортсмена може бути істотно підвищена шляхом зіставлення його даних із модельними характеристиками, розробленими з урахуванням статі, віку, спортивної кваліфікації і профілю спеціалізації спортсменів. Це дає можливість тренеру говорити про «високий», «середній» або «низький» рівень розвитку свого спортсмена;

✓ другий, коли дані використовуються як критерій показників, зафіксованих раніше в того ж самого спортсмена, для порівняння їх значення з тими, які були зареєстровані у нього при попередніх обстеженнях [12].

Технологія етапного управління досить складна, вимагає обстеження спортсмена за широкою програмою, яка включає соціально-психологічні, медико-біологічні, педагогічні показники, і зіставлення даних конкретного спортсмена з оцінними таблицями, шкалами, модельними характеристиками або іншими нормативами, що дозволяють визначити його перспективність. У процесі відбору знаходять місце усі види контролю. Проте найбільш взаємопов'язаним із завданнями відбору є все ж етапний контроль, який дозволяє виявити темпи приросту окремих показників у процесі тренування [16].

Отже, контроль спортсменів-єдиборців на етапі безпосередньої підготовки до змагань є складовою контролю в спортивному тренуванні і залишається актуальним як об'єктивна оцінка стану рухових функцій, психічних процесів і спортивно-технічної майстерності спортсменів – єдиборців у конкретних умовах спортивної діяльності для підвищення ефективності спортивного тренування.

Для оцінки стану тренуваності спортсменів – єдиборців на етапі безпосередньої підготовки до змагань є необхідним комплексне вивчення абсолютних, парціальних показників спеціальної працездатності і психологічної діяльності спортсменів, з урахуванням того, що найбільшу діагностичну цінність при цьому мають не окремі параметри, а динаміка їхніх міжсистемних і внутрішньо системних взаємозв'язків. Отримання інформації за допомогою спеціальної апаратури, а безпосередньо на практиці – методами педагогічного спостереження і тестування апаратними методами виокремлює педагогічне спостереження і контрольні вправи (тести) як основні методи педагогічного контролю.

Педагогічний контроль підготовки спортсменів-єдиборців на етапі безпосередньої підготовки до змагань є дуже важливим, оскільки його практичним наслідком виступають рекомендації, що визначають норми тренувальних навантажень, раціональні напрямки в організації занять, рішення, які підвищують ефективність навчально-тренувального процесу і фізичного виховання в цілому. Правильно організований контроль спортсменів-єдиборців на етапі безпосередньої підготовки до змагань як складової контролю в спортивному тренуванні є основою для проведення в подальшому контролю змагальної діяльності. Його ефективність, надійність висновків про стан спортсмена залежать від того, які показники використовує тренер. Розробка методики автоматизованої оцінки спеціальної підготовленості єдиборців на окремих етапах тренувального процесу є складовою розробки індивідуальних моделей підготовленості

до змагань єдиноборців різної кваліфікації на основі їх працездатності з використанням показників сенсомоторики спортсменів як засобу регуляції передзмагальних навантажень.

Сутність контролю за станом підготовленості або працездатності спортсменів у циклі безпосередньої підготовки до змагань зводиться до декількох головних питань, серед яких найпершим є врахування істотних індивідуальних відмінностей, що виявляються в спортсменів у зв'язку з типологічними особливостями будови тіла, фізичного розвитку, психіки і рівня підготовленості або тренуваності. Об'єктивною є й необхідність виявляти найбільш інформативні показники, які відповідають особливостям кожного спортсмена. Практика свідчить про раціональність, цілеспрямованість такого підходу, оскільки інформативність одних і тих самих показників у різних спортсменів неоднакова [10].

Контроль на етапі передзмагальної підготовки має на увазі визначення ефективності не лише параметрів, які впливають на якість тренувального процесу, але й самої змагальної діяльності [6, 12, 14, 21]. Поєднання засобів контролю тренувального процесу і змагальної діяльності суттєво підвищує надійність контролю в цілому і дозволяє комплексно керувати процесом підготовки спортсменів. На основі узагальнення досвіду, теоретичних і практичних досліджень учені детально виклали актуальні питання, пов'язані з передзмагальною підготовкою боксерів, особливо високого класу, який вони визначають як найбільш відповідальний і напружений етап тренувального процесу. У ході передзмагальної підготовки здійснюється точне управління тренуваністю боксера (доведення її до оптимального рівня), підтримка спортивної форми, забезпечення психічної готовності, відбувається вдосконалення техніки і тактичних дій, проводиться програмування спортивної боротьби і поведінки боксера та його підготовки протягом року, аналізуються специфіка тренувального процесу в передзмагальний період та індивідуальні особливості спортсменів [5].

Результати тестових випробувань порівнюються із спостереженнями за поведінковими реакціями в побуті, на тренуваннях, під час бойових вправ і спарингів, із суб'єктивними відгуками спортсменів про їхній стан, потім робиться висновок про психологічні особливості тренуваності спортсмена. Такий підхід значно підвищує надійність контролю в цілому і дозволяє комплексно управляти процесом підготовки спортсменів. Враховуючи значні індивідуальні відмінності, що виявляються у спортсменів у зв'язку з типологічними особливостями складу тіла, фізичного розвитку, психіки і рівня підготовленості або тренуваності, необхідно виявляти найбільш інформативні показники, які відповідають особливостям спортсменів. Це особливо доцільно у зв'язку з розбіжностями в інформативності однакових показників у різних спортсменів.

ВИСНОВКИ З ДАНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ І ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ РОЗВІДОК У ЦЬОМУ НАПРЯМІ. Зважаючи на певну суперечливість описаних підходів до передзмагальної підготовки, контроль спортсменів-єдиноборців на етапі безпосередньої підготовки до змагань можемо вважати дослідженням у недостатньо повному обсязі, але бачимо, що практично всі дослідження у спорті сучасними теоретиками і практиками проводяться із використанням педагогічних та апаратних методів контролю спеціальної працездатності спортсменів-єдиноборців.

ЛІТЕРАТУРА

1. Абсаямов Т. М. Принцип построения годичного цикла / Т. М. Абсаямов, А. Г. Огородников, И. А. Степанченко // Научно-спортивный вестник. – 1979. – № 3. – С. 17–24.
2. Агаджанян Н. А. К механизму развития мертвой точки и порога анаэробного обмена при физической работе динамического характера / Н. А. Агаджанян, Н. П. Красников, Ю.А. Буков // Физиология человека. — 1996. — Т.22. — №1. — С.98–103
3. Азамиан Д. А. Пульсовые критерии эффективности различных режимов интервальной гипоксической тренировки в спорте : автореф. дис. канд. пед. наук : [спец.] 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и адаптивной оздоровительной физической культуры» / Д. А. Азамиан ; ун - т культуры, спорта, молодежи и туризма. – М., 2005. – 26 с.
4. Богуславский В. Г. Методика сопряженного развития специальной выносливости и технического совершенствования юных боксеров : автореф. дис. на соискание уч. степени канд. пед. наук : [спец.] 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / В.Г. Богуславский; КГИФК. – К., 1989. – 21 с.
5. Бокс. Теория и методика: учебник / [под общ. ред. Ю. А. Шулики, А. А. Лаврова]. – Краснодар : Неоглори ; М. : Советский спорт, 2009. – 767 с.
6. Верхованский Ю. В. Тактика и модельные характеристики боксеров / Ю.В. Верхованский, Г. О. Джероян, В. И. Филимонов // Бокс : Ежегод. – М. : Физкультура и спорт, 1982. – С. 22–25.
7. Виноградов В. Е. Стимуляция работоспособности и восстановительных реакций в системе тренировочных воздействий в подготовке квалифицированных спортсменов : автореф. дис. степени д-ра наук по физ. воспитанию и спорту : [спец.] 24.00.01 «Олимпийский и профессиональный спорт» / В. Е. Виноградов ; Национальный университет физического воспитания и спорта Украины. – К., 2010. – 53 с.
8. Горбачев С. С. Психическая регуляция состояния готовности боксера к экстремальной спортивной деятельности : автореф. дис. канд. пед. наук : [спец.] 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / С. С. Горбачев ; Рос гос ун-т физ культуры, спорта и туризма. – М., 2009. – 24 с.
9. Гуска М. Б. Структура соревновательной деятельности в видах единоборств современного спортивного движения / М. Б. Гуска // Междунар симп по перспективам развития народных видов борьбы в современном спортивном движении. – Вильнюс, 2005. – С. 12 – 14.
10. Донец А. В. К вопросу оптимизации системы контроля спортсменов единоборцев на этапе подготовки к соревнованиям. / А. В. Донец, С. В. Киприч // Психологічні, педагогічні та медико-біологічні аспекти фізичного виховання : матеріали IV Міжнар. електрон. наук-практ. конф, 20-27 квітня 2013 р. – О, 2013. – С. 112–116.

11. Донець О. В. Контроль спеціальної працездатності спортсменів-єдиноборців (бокс, кікбоксинг) на перед змагальному етапі підготовки / О.В. Донець // Витоки педагогічної майстерності : зб. наук. пр. — Полтава, 2012. — Вип.10. — С. 96–100. — (Серія «Педагогічні науки»).
12. Запорожанов В.О. Контроль в спортивной тренировке / В.О. Запорожанов — К.: Здоровье, 1988. — 144 с.
13. Кіприч С. В. Особливості побудови процесу тренування юних єдиноборців у контексті останніх досліджень / С. В. Кіприч // Молода спортивна наука України: зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. — Вип. 14: у 4-х т. — Львів : НВФ Українські технології, 2010. — Т. 1. — С. 131-135.
14. Кличко В. В. Педагогічний контроль у системі управління базовою підготовкою кваліфікованих боксерів: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: [спец.] 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт» / Вол.В. Кличко; Національний університет фізичного виховання і спорту. — К., 2000. — 20 с.
15. Кличко В. Система тестов для оценки специальной подготовленности боксеров высокой квалификации / Вол. Кличко, М. Савчин // Наука в олимпийском спорте. — 2000. — № 2. — С. 23–30.
16. Лаптев А. П. Управление учебно-тренировочными процессами на основании данных психофизиологических исследований / А. П. Лаптев, М. И. Мешконас // Юбилейная науч.-метод. конф., посвящ. 100-летию со дня рождения В. И. Ленина. — М.: ВНИИФК, 1970. — С. 97.
17. Медведков В. Д. Построение индивидуально-групповых программ предсоревновательной подготовки высококвалифицированных кикбоксеров с учетом энергообеспечения мышечной деятельности / В. Д. Медведков, М.Ю. Степанов // Опыт спортивного наследия — Универсиаде-2013: материалы международной научно-практической конференции. — Набережные Челны: КамГАФКСИТ, 2009. — С. 163.
18. Остьянов В. Н. Обучение и тренировка боксеров / В.Н. Остьянов. — К.: Олимп. лит., 2011. — 272 с.
19. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В. Н. Платонов. — К.: Олимпийская литература, 2004. — 808 с.
20. Рыбачок Р. А. Внетренировочные средства как фактор совершенствования предстартовой подготовки квалифицированных боксёров / Р.А. Рыбачок // Слобожанский научно-спортивный вiсник. — 2008. — №3. — С. 49-53.
21. Савчин М. П. Тренованість боксера та її діагностика. Учебний посібник / М.П. Савчин. К.: Нора-прінт, 2003. — 220 с.
22. Шивит-Хуурак И. К. Повышение эффективности учебно- тренировочного процесса студентов-боксеров высокой квалификации на передсоресновательном этапе: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Илья Кимович Шивит-Хуурак; Бурятский государственный университет. — Улан-Удэ. 2010. — 177с.
23. Bastian M. Erprobung und praxiswirksame Durchsetzung einer neuen Meflplatzsoftware zur Diagnostik der spezifischen Leistungsfähigkeit im 5 x 2 Minuten Schlagleistungstest (insbesondere der Handlungsschnelligkeit) in Vorbereitung der Kader des DABV auf die Europameisterschaften 1998 und die Juniorenweltmeisterschaften 1998. Zwischenbericht zum Forschungsprojekt / M. Bastian. — Leipzig: IAT, 1998. — P. 78-83.
24. Dyson R. Effects of rapid weight loss on a mood and performance among amateur boxers / R. Dyson, B. Hemmings // British Journal of Sports Medicine. — 2001. — Dec. — Vol. 35 — Issue 6. — P. 390-395.
25. Keul J. Adaptation to Training and Performance in Elite Athletes // J. Keul, D. Konig, M. Huonker, M. Halle, B. Wohlfahrt, A. Berg // The American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance. — 1996. — V. 67, No.3. — P. 29-36.
26. Maestu J. Electromyographic and Neuromuscular Fatigue Thresholds as Concepts of Fatigue / J. Maestu, A. Cicchella, P. Purge, S. Ruosi, J. Jurimae, T. Jurimae // The Journal of Strength and Conditioning Research. — 2006. — Nov 1; 20(4). — P. 824-828.
27. Nilsson J. A. Metabolic consequences of hard work / J.A. Nilsson // Proc R Soc Lond B Biol Sci. — 2002. — Aug. — V. 22. — P. 1735 -9.
28. Oshima Y. Effects of endurance training above the anaerobic threshold on isocapnic buffering phase during incremental exercise in middle-distance runners / S. Tanaka, T. Miyamoto, T. Wadazumi, N. Kurihara, S. Fujimoto // Japanese Journal of Physical Fitness and Sports Medicine. — Tokio. — 1998. — Vol. 47, 1. — S. 43-51.
29. 195Physiological tests for elite athletes (Australian Sports Commission) / Christopher J. Gore editor. — Champaign, Illinois: Human Kinetics, 2000 —403 p.
30. Suchanowski A. Individualizacja w treningu wytrzymałości specjalnej sportowców wysokiej klasy / A. Suchanowski. — Gdańsk : Wydaw. Uczelniane AWFIS, 2003. — 247 s.

Єрмолаєва Я.С.

Національний університет фізичного виховання і спорту України

ТИПОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ НЕРВОВОЇ СИСТЕМИ ТАНЦЮРИСТІВ В СПОРТИВНИХ ТАНЦЯХ, ЯКІ ВПЛИВАЮТЬ НА ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ

Мета: визначення типу темпераменту у спортивних танцях, для ефективного формування емоційної стійкості у танцюристів. Завданнями дослідження було вивчення особистісних особливостей спортсменів в спортивних танцях, що впливають на їх емоційну стійкість, а також визначення умов формування емоційної стійкості, які залежать від типу темпераменту танцюристів. *Матеріал:* у дослідженні взяли участь 40 спортсменів у віці 12-14 років. *Результати:* встановлено, при обстеженні танцюристів на виявлення типу темпераменту, з 40 спортсменів, які брали участь у дослідженні, у 13 танцюристів (32%) переважає тип темпераменту, як холерик, у 2 танцюристів (5%) такий тип темпераменту, як флегматик, у 21 танцюриста (53%) сангвінік і у 4 танцюристів (10%) меланхолічний тип темпераменту.

Ключові слова: танці, емоції, стійкість, особистість, спорт, діяльність, ефективність, темперамент.