

**МАЦЕЙКИВ Т. И. Гражданская компетентность личности: сущность, структура и функции.**

Статья посвящена актуальной проблеме реализации компетентного подхода в школьном историческом образовании – формированию гражданской компетентности старшеклассников в процессе обучения истории Украины. Уточнены составляющие гражданской компетентности личности. В статье рассматриваются такие компоненты гражданской компетентности личности, как аксиологический (личностное эмоциональное отношение человека к событиям, фактам, явлениям окружающей действительности, к самому себе как гражданину), когнитивный (наличие у человека усвоенных на уровне убеждений “гражданских знаний”) и деятельностно-процесуальный (развитость у индивида совокупности общих и специальных, аксиологических и других приемов учебной деятельности, которые являются основой формирования гражданских установок, ценностей и соответствующей направленности личности).

**Ключевые слова:** гражданская компетентность, структура гражданской компетентности, функции гражданской компетентности, методика формирования гражданской компетентности старшеклассников в процессе обучения истории Украины.

**MATSEYKIV T. I. Civic competence of personality: its essence, structure and functions.**

The article is devoted to the actual problems of a competence-based approach implementation into school education i.e. formation of civic competence in high school students within the course of studying the history of Ukraine. The content of such notions as “competence”, “civic competence” defined more exactly. The structure of civic competence includes key knowledge (a cognitive component), civil attitudes and values (an axiological component), civil skill (a procedural component).

**Keywords:** competence, civic competence of personality, formation of civic competence of personality, components, methodology of formation in teaching the history of Ukraine criteria.

УДК 371.134:373

Михайліченко А. Г.

## СПЕЦІАЛЬНА ТЕХНІЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ЧЕРЛІДИРІВ, ЯКІ ВИКОНУЮТЬ “БАЗУ” НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ

Черлідінг є складнокоординаційним видом спорту, оскільки змагальні композиції базується на виконанні різноманітних варіантів стрибків, акробатичних елементів, базових рухів черлідінгу, різноманітних перебудовань і т.д.. З огляду результатів рані проведеного нами дослідження за результатами анкетування визначено, що на технічну підготовку відводиться 31% годин від загального часу тренування, на фізичну 28,5%, на теоретичну – 10,5% і на практичну – 30%. Тобто основна увага приділяється технічній підготовці, так як у черлідінгу насамперед необхідно показати кількість і складність технічних елементів під час виступу команди на змаганнях. Крім цього, спортсмени черлідери виконують різні функції на змагальному майданчику: одні – виконують “базу” (перший рівень пірамід), а інші – “флаєри” (виконують 2й і 3й рівень пірамід). Тому рівень технічної підготовленості черлідирів, залежно від їх функцій має незначні відмінності.

На етапі попередньої базової підготовки він містить конкретні засоби і методи технічної підготовки, а також певні заходи для контролю і оцінки технічної майстерності.

Логічним продовженням загальної технічної підготовки в навчально-тренувальному процесі черлідирів-бази є спеціальна технічна підготовка. Результати оцінки рівня спеціальної технічної підготовленості черлідирів-бази по контрольним тестам свідчать про те, що базові рухи рук і чер-стрибки знаходяться на рівні вище середнього, а рівень виконання акробатичних елементів – на середньому рівні. Більш детальний аналіз результатів дозволив встановити значні розбіжності в показниках на загальногруповому рівні.

Отримані результати дозволяють скоординувати і розробити методику вдосконалення спеціальної технічної підготовленості черлідирів-бази на етапі попередньої базової підготовки.

**Ключові слова:** черлідинг, черлідери-база, технічна підготовка, технічна підготовленість, спеціальна технічна підготовка, етап попередньої базової підготовки.

У зв'язку з тим, що черлідинг належить до складно-координаційних видів спорту він характеризується високими вимогами до техніки змагальних вправ, а технічна підготовка займає вагомим місце в навчально-тренувальному процесі [3, с. 30; 13, с. 152]. Для становлення спортивної техніки особливий вплив внесли результати наукових досліджень з технічної підготовки спортсменів, що спеціалізуються з черлідингу [5, с. 52; 6, с. 52; 7, с. 74; 8, с. 45] та схожих видів спорту [2, с. 368; 12, с. 808].

Виходячи з проведених нами досліджень відповідно до результатів анкетування встановлено, що на технічну підготовку відводять 31% годин від загального часу тренувань, на фізичну – 28,5%, на теоретичну – 10,5% і на практичну – 30%. Тобто основна увага приділяється технічній підготовці, бо в черлідингу перш за все необхідно показати складність та кількість технічних елементів під час виступу команди на змаганнях [10, с. 55]. Також необхідно враховувати те, що рівень технічної підготовленості черлідирів, залежно від їх функцій, має незначні відмінності. На змагальному майданчику, одні спортсмени виконують функцію бази (черлідери, які виконують перший рівень піраміди), а інші – флаєри (черлідери, які виконують 2-й та 3-й рівень піраміди) [1, с. 82; 4, с. 22].

Вік 9-12 років відповідає етапу попередньої базової підготовки з черлідингу, однак дотепер відсутні дослідження, що розкривають особливості технічної підготовки спортсменів, зміст та структуру побудови тренувального процесу на цьому етапі [13, с. 364; 14, с. 152].

Так як, технічна підготовка є основною частиною змісту спортивного тренування, а процес технічного вдосконалення є складним і багатостороннім [11, с. 218]. На етапі попередньої базової підготовки необхідно формувати руховий потенціал у черлідирів, не тільки навиків, що відносяться до "школи рухів", але й різноманітні танцювальні, стрибкові, акробатичні вправа та підтримки, які складають основу побудови змагальної композиційної. Такий підхід до вирішення завдання з формування рухового потенціалу дозволяє черлідерам створити технічну базу на подальші етапи підготовки.

Звідси впливає ряд приватних завдань, які відображають, з одного боку, загальні закономірності спортивного тренування, а з другого – специфічні особливості технічної підготовки черлідирів-бази.

Спеціальна технічна підготовка – специфічний процес технічного навчання і вдосконалення відповідно до особливостей черлідінгу. Вона є логічним продовженням (надбудовою) загальної технічної підготовки в навчально-тренувальному процесі черлідирів-бази. Визначення рівня технічної підготовленості черлідирів-бази на початку року тренувань етапу попередньої базової підготовки дозволить нам встановити пріоритети при розробці методики вдосконалення їх технічної майстерності.

Дослідження виконане згідно із Зведеним планом НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2016–2020 рр. за темою: “Історичні, організаційно-правові та теоретико-методичні основи підготовки спортсменів в неолімпійському спорті” державний реєстраційний номер 0116U003008.

**Мета дослідження** – визначити рівень спеціальної технічної підготовленості черлідирів-бази на етапі попередньої базової підготовки.

**Методи дослідження:** аналіз науково-методичної літератури та документальних матеріалів, контрольне тестування з оцінки рівня спеціальної технічної та фізичної підготовленості, методи математичної статистики.

**Результати дослідження та їх обговорення.** З метою визначення рівня спеціальної технічної підготовленості (СТП) черлідирів-бази нами були підбрані контрольні тести, які є обов’язковими в побудові композицій відповідно правил змагань. Контрольні тести об’єднані в три блоки: базові рухи черлідінгу, чер-стрибки та акробатичні елементи. Але, необхідно звернути увагу на те, що базові рухи руками включають в себе два тести (базові рухів черлідінгу, що виконуються протягом 5 с з максимальною швидкістю й точністю в заданому порядку “K”+“Daggers”+“L”+“Bow&Arrow” з вихідного положення основна стійка та танцювальна зв’язка з обов’язковими елементами черлідінгу для виявлення рухової пам’яті), чер-стрибків три тести (стрибки 4-го, 5-го та 6-го рівня складності –“той-тач”, “пайп”та “навколо світу”) та 10 тестів з оцінки техніки виконання акробатичних елементів (перекид вперед, перекид назад, стійка на руках, переворот в сторону, “рандат”, “гімнастичний міст”, переворот вперед на дві ноги, переворот вперед на одну ногу, переворот назад на одну ногу, “темповий” переворот вперед).

Необхідно зазначити, що контрольні тести групи “базові рухи черлідінгу” та “чер-стрибки” оцінювались за 5 бальною шкалою (від 0 до 5), а “технічне виконання акробатичних елементів” за 10 бальною (від 0 до 10).

В дослідженні щодо визначення рівня технічної підготовленості черлідирів-бази взяли участь спортсмени Всеукраїнського спортивного клубу “Тріумф” м. Дніпра, Спортивного клубу “Angels” м. Києва та Вищої школи черлідінгу м. Одеси у кількості 50 осіб.

Аналіз результатів зі СТП здійснювався на загальногруповому рівні. Так, відповідно до отриманих результатів СТП можна констатувати, що черлідери-бази мають середній рівень підготовленості при виконанні контрольних тестів з базових рухів та чер-стрибків ( $\bar{x} = 3,84$  та  $\bar{x} = 3,92$  відповідно) та нижче середній в акробатичних елементах ( $\bar{x} = 6,72$ ) (табл. 1).

Таблиця 1

*Рівень спеціальної технічної підготовленості черлідирів-бази на етапі попередньої базової підготовки (n=50)*

Контрольний тест	$\bar{x}$	$\sigma$	S	V	min	max	Mo
<b>Базові рухи черлідингу</b>							
Комплекс базових рухів	3,94	0,96	0,91	24,27	2	5	4
Танцювальна зв'язка	3,74	0,99	0,97	26,36	2	5	3
<b>Середньостатистичні показники</b>	<b>3,84</b>	<b>0,97</b>	<b>0,94</b>	<b>25,31</b>	<b>2</b>	<b>5</b>	<b>3,5</b>
<b>Чер-стрибок</b>							
Той-Тач	3,72	0,76	0,57	20,35	2	5	4
Пайп	4,00	0,83	0,69	20,82	2	5	4
Навколо світу	4,06	0,84	0,71	20,86	2	5	4
<b>Середньостатистичні показники</b>	<b>3,92</b>	<b>0,81</b>	<b>0,65</b>	<b>20,67</b>	<b>2</b>	<b>5</b>	<b>4</b>
<b>Акробатичні елементи</b>							
Перекид вперед	9,24	0,96	0,92	10,39	6	10	10
Перекид назад	8,44	1,42	2,01	16,78	4	10	9
Стійка на руках	6,34	1,95	3,82	30,83	3	10	6
Переворот боком	8,26	1,44	2,07	17,43	5	10	8
“Рандат”	6,44	1,69	2,86	26,28	4	10	7
“Тімнастичний міст”	7,22	1,36	1,85	18,83	5	10	7
Переворот вперед на дві ноги	6,48	1,57	2,46	24,20	4	10	7
Переворот вперед на одну ногу	5,42	2,52	6,33	46,42	0	10	6
Переворот назад на одну ногу	5,80	2,47	6,08	42,52	0	10	7
Темповий переворот вперед	3,56	2,81	7,88	78,87	0	10	0
<b>Середньостатистичні показники</b>	<b>6,72</b>	<b>1,81</b>	<b>3,62</b>	<b>31,25</b>	<b>3,1</b>	<b>10</b>	<b>6,7</b>

Результати тестування показують, що у тесті для визначення рівня виконання базових рухів черлідинга сигмальне відхилення дорівнює 0,96, дисперсія – 0,91 та коефіцієнт варіації 24,27%. Схожі результати ми отримали під час тестування рухової пам'яті черлідирів з показниками сигмального відхилення – 0,99, дисперсії – 0,97 та коефіцієнту варіації – 26,36%. Однаковими є показники мінімальної оцінки – 2 бали та максимальної оцінки – 5 балів, але Мода у першому тесті – 4 бали, а у другому – 3 бали.

Характерно не відрізняються й показники СТП при виконанні групи контрольних тестів “чер-стрибки” черлідирів-бази. В середньому чер-стрибки виконанні на рівні середнього з середньою оцінкою 3,92 бали. Стрибок “той-тач” виконаний на оцінку 3,72 бали, “пайп” – 4 бали та “навколо світу” – 4,06 бали. З них чер-стрибки “той-тач”, “пайп”, “навколо

світу” на низькому рівні не виконав жоден спортсмен, на рівні нижче середнього 1/1/3 спортсменів, на середньому рівні 20/14/7 спортсменів, на рівні вище середнього 21/19/24 спортсменів, та на високому рівні 8/16/16 спортсменів-черлідирів відповідно до вищезазначених стрибків (рис. 1).

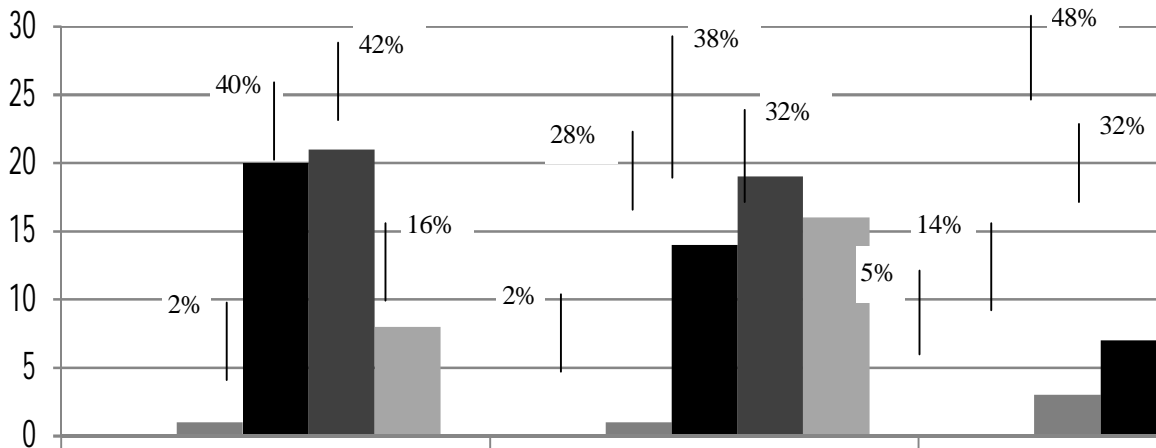


Рис. 1. Рівень СТП черлідирів-бази (чер-стрибки)

■ – високий рівень, ■ – рівень вище середнього, ■ – середній рівень, ■ – рівень нижче середнього, ■ – низький рівень;  
1 – “Той-Тач”, 2 – “Пайп”, 3 – “Навколо всіту”

Однаковими є показники мінімальної оцінки – 2 бали, максимальної оцінки – 5 балів та Моди – 4 бали. Однак, незалежно від ідентичних показників найвищий рівень підготовленості черлідирів-бази показали у контрольному тесті стрибку “навколо світу”).

Таким чином, можна зазначити, що незалежно від низького показника відсутності значної розбіжності за показниками сігмального відхилення та різниці між мінімальною й максимальною оцінками існує розбіжність показників за коефіцієнтом варіації, що склав від 20,35% до 26,36% в усіх контрольних тестах з базових рухів черлідінгу та чер-стрибків.

Акробатичні вправи різнобічно впливають на розвиток сили, швидкості та координації, а саме точності рухів, орієнтування в просторі та стійкості до рівноваг [1, с. 82; 4, ст. 52; 9, ст. 218].

Л. С. Луценко та І. А. Зінченко також вважають, що важливим засобом підвищення загальної і спеціальної технічної підготовленості, поліпшення спортивних результатів в різних видах спорту є акробатична підготовка. Крім цього виконання акробатичних елементів є обов'язковою складовою композиції черлідирів-бази. Тому, для оцінки СТП були включені контрольні тести з акробатичних елементів.

Акробатична підготовленість на загальногруповому рівні відповідає нижче середньому рівню ( $\bar{d} = 6,72$  бали) підготовленості спортсменів:

на високому рівні виконано “перекид вперед” з середньою оцінкою 9,24 балів, сігмальне відхилення якого склало 0,96 балів. Мінімальна оцінка за виконання цих елементів – 6 бали, максимальна оцінка – 10 балів, мода – 10 бал;

на рівні вище середнього виконано три елементи: “перекид назад” ( $\bar{\delta} = 8,44$  бали), “переворот боком” ( $\bar{\delta} = 8,26$  балів) та “гімнастичний міст” ( $\bar{\delta} = 7,22$  бали). Мінімальна оцінка за виконання цих елементів – 4 бали, максимальна оцінка – 10 балів, мода – 9, 8, 7 балів відповідно.

На середньому рівні виконані майже всі інші елементи. “Стійка на руках” спортсмени виконали на оцінку 6,34 бали, сігмальне відхилення складає 1,96, коефіцієнт варіації – 30,83 %. Акробатичний елемент “рандат” в середньому був оцінений у 6,44 бали, з визначенням сігмального відхиленням 1,69, а дисперсія дорівнює 2,84. “Переворот вперед на дві ноги” оцінено у 6,48 бали, але не всі спортсмени змогли виконати цей акробатичний елемент. “Переворот вперед на одну ногу” та “переворот назад на одну ногу” виконані на оцінки 5,42 та 5,80 балів, але мода за виконання переворот вперед на одну ногу визначилась у 6 балів, а перевороту назад на одну ногу – у 7 балів.

на рівні нижче середнього було виконано лише один акробатичний елемент – “темповий” переворот вперед з середній балом 3,59. Сігмальне відхилення дорівнює 2,81, дисперсія – 7,88, а коефіцієнт варіації склав 78,87 %, що свідчить про значні розбіжності в показниках. Нажаль більшість спортсменів не виконали цей акробатичний елемент, про що свідчить мода – 0 балів.

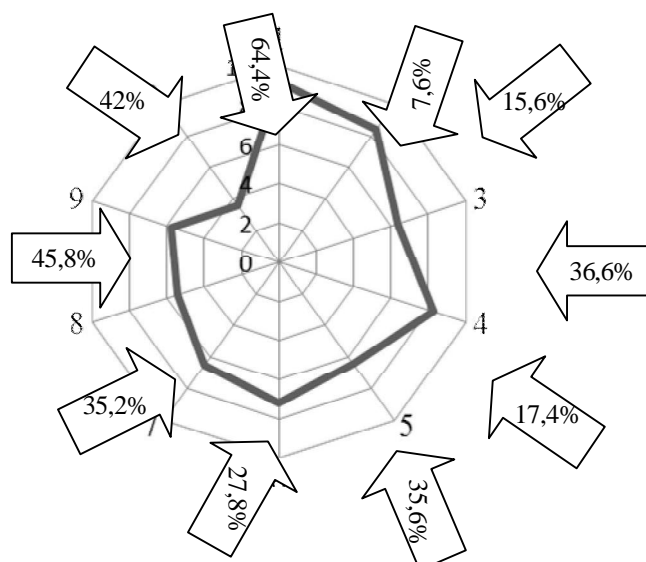


Рис. 2. Рівень акробатичної підготовленості черлідирів-базу відповідно до максимальних балів (10 балів):

1 – “перекид вперед”; 2 – “перекид назад”; 3 – “стійка на руках”; 4 – “переворот боком”; 5 – “рандат”; 6 – “гімнастичний міст”; 7 – переворот вперед на дві ноги; 8 – переворот вперед на одну ногу; 9 – переворот назад на одну ногу; 10 – “темповий” переворот вперед”

В середньому оцінки варіювались від 3 до 10 балів, найчастіше повторюються оцінки 6 та 7 балів, сігмальне відхилення дорівнює 1,81, коефіцієнт варіації відповідає оцінці у 31,25%, дисперсія – 3,62.

**В результаті проведеного дослідження можна зробити висновки:**

– спеціальна технічна підготовка черлідирів займає провідне місце в навчально-тренувальному процесі, оскільки результат змагальної діяльності визначається на основі технічної майстерності виконання змагальної композиції.

– рівень технічної підготовленості черлідирів-бази за контрольними тестами: базові рухи черлдингу та чер-стрибки знаходяться на рівні вище середнього, а виконання акробатичних елементів було здійснено на середньому рівні. Однак, більш доскональний аналіз даних результатів показав значні розбіжності при виконанні даних тестів та відсутності однорідності результатів.

**Перспективами подальших досліджень** є визначення кореляційного та факторного зв'язку між показниками фізичної та технічної підготовленості черлідирів, які виконують “базу” у номінації “Cheer” на етапі попередньої базової підготовки.

**Використана література:**

1. *Боляк А. А.* Черлдинг: Правила змагань / А. А. Боляк. – Харків, 2005. – 82 с.
2. *Гавердовский Ю. К.* Теория и методика спортивной гимнастики: учебник в 2-х т. / Ю. К. Гавердовский. – Москва: Советский спорт, 2014. – Т. 1. – 368 с.
3. *Долбишева Н. Г., Кидонь В.* Закономірності взаємозв'язку технічної, фізичної підготовленості та функціонального стану спортсменок, які займаються естетичною гімнастикою. Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збір. наук. праць / Н. Г. Долбишева, В. Кидонь. – Житомир: Видавець О. О. Євенок, 2017. Вип. 4 (23). – С. 30-36.
4. *Долбишева Н. Г., Михайліченко А. Г.* Технічна та фізична підготовленість черлідирів-флаєрів на етапі попередньої базової підготовки / Н. Г. Долбишева, А. Г. Михайліченко // Спортивний вісник Придніпров'я. – Дніпро, 2018. – № 2. – С. 22-26.
5. *Зинченко И. А.* Особенности построения тренировочного процесса спортсменов в черлидинге на этапе специализированной базовой подготовки / И. А. Зинченко, Л. С. Луценко, И. А. Бодренкова. // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків, 2009. – № 3. – 52 с.
6. *Зинченко И. А.* Управление тренировочным процессом на основе моделирования показателей физической подготовленности спортсменов-черлидеров специализированного этапа подготовки / И. А. Зинченко, Л. С. Луценко, А. А. Боляк // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків, 2010. – № 2. – 52 с.
7. *Зинченко И. А.* Особенности содержания композиций соревновательных программ в черлидинге. / Л. С. Луценко, Н. Л. Боляк, А. А. Боляк // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2012. – № 3. – 74-78 с.
8. *Луценко Л.С.* Тестовые задания по специально-двигательной и физической подготовленности спортсменов в черлидинге на этапе специализированной базовой подготовки / Л. С. Луценко // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. – Харьков, 2009. – № 4. – 45 с.
9. *Масейчик А. Н.* Черлидинг для учащихся III-VIII классов общеобразовательных учреждений. – Минск, 2010. – 75 с.
10. *Михайліченко А. Г.* Технічної підготовки в навчально-тренувальному процесі юних спортсменів-черлідирів на етапі попередньої базової підготовки / А. Г. Михайліченко // Спортивний вісник Придніпров'я. – Дніпро, 2018. – № 1. – С. 55-58.

11. *Платонов В. Н.* Периодизация спортивной подготовки / В. Н. Платонов // *Общая теория и ее практические приложения.* – Киев : Олимпийская литература, 2014. – С. 218-229.
12. *Платонов В. Н.* Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В. Н. Платонов // *Общая теория и ее практические приложения.* – Киев : Олимпийская литература, 2015. – 808 с.
13. *Чепел Р.* Успешное тренерство по черлидингу / Р. Чепел. – Нью-Йорк : Хьюмон Кинетикс, 1999. – 364 с.
14. *Human Kinetics.* Coaching Youth Cheerleading (Coaching Youth Sports Series). – Pom Headridge, 2009. – 152 p.

### *References:*

1. *Boliak A. A.* Chyrlidynh: Pravyla zmahan / A. A. Boliak. – Kharkiv, 2005. – 82 s.
2. *Gavardovskiy Yu. K.* Teoriya i metodika sportivnoy gimnastiki: uchebnik v 2-kh t. / Yu. K. Gavardovskiy. – Moskva : Sovetskiy sport, 2014. – Т. 1. – 368 s.
3. *Dolbysheva N. H., Kydon V.* Zakonomirnosti vzaiemozviazku tekhnichnoi, fizychnoi pidhotovlenosti ta funktsionalnoho stanu sportsmenok, yaki zaimaiutsia estetychnoiu himnastykoiu. Fizychna kultura, sport ta zdorovia natsii: zbir. nauk. prats / N. H. Dolbysheva, V. Kydon. – Zhytomyr : Vydavets O. O. Yevenok, 2017. Vyp. 4 (23). – S. 30-36.
4. *Dolbysheva N. H., Mykhailichenko A. H.* Tekhnichna ta fizychna pidhotovlenist cherlidyriiv-flaeriv na etapi poperednoi bazovoi pidhotovky / N. H. Dolbysheva, A. H. Mykhailichenko // *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia.* – Dnipro, 2018. – № 2. – S. 22-26.
5. *Zinchenko I. A.* Osobennosti postroeniya trenirovochnogo protsessa sportsmenov v cherlidinge na etape spetsializirovannoy bazovoy podgotovki / I. A. Zinchenko, L. S. Lutsenko, I. A. Bodrenkova. // *Slobzhanskiy naukovо-sportivnyi visnik.* – Kharkiv, 2009. – № 3. – 52 s.
6. *Zinchenko I. A.* Upravlenie trenirovochnym protsessom na osnove modelirovaniya pokazately fizicheskoy podgotovlennosti sportsmenov-cherliderov spetsializirovannogo etapa podgotovki / I. A. Zinchenko, L. S. Lutsenko, A. A. Bolyak // *Slobzhanskiy naukovо-sportivnyi visnik.* – Kharkiv, 2010. – № 2. – 52 s.
7. *Zinchenko I. A.* Osobennosti sodержaniya kompozitsiy sorevnovatelnnykh programm v cherlidinge. / L. S. Lutsenko, N. L. Bolyak, A. A. Bolyak // *Slobzhanskiy naukovо-sportivnyi visnik.* – 2012. – № 3. – 74-78 s.
8. *Lutsenko L.S.* Testovye zadaniya po spetsialno-dvigatelnoy i fizicheskoy podgotovlennosti sportsmenov v cherlidinge na etape spetsializirovannoy bazovoy podgotovki / L. S. Lutsenko // *Fizicheskoe vospitanie studentov tvorcheskikh spetsialnostey.* – Kharkov, 2009. – № 4. – 45 s.
9. *Maseynchik A. N.* Chirliding dlya uchashchikhsya III-VIII klassov obshcheobrazovatelnykh uchrezhdeniy. – Minsk, 2010. – 75 s.
10. *Mykhailienko A. H.* Tekhnichnoi pidhotovky v navchalno-trenavalnomu protsesi yunyk sportsmeniv-cherlidyriiv na etapi poperednoi bazovoi pidhotovky / A. H. Mykhailienko // *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia.* – Dnipro, 2018. – № 1. – S. 55-58.
11. *Platonov V. N.* Periodizatsiya sportivnoy podgotovki / V. N. Platonov // *Obshchaya teoriya i ee prakticheskie prilozheniya.* – Kiev : Olimpiyskaya literatura, 2014. – S. 218-229.
12. *Platonov V. N.* Sistema podgotovki sportsmenov v olimpiyskom sporте / V. N. Platonov // *Obshchaya teoriya i ee prakticheskie prilozheniya.* – Kiev : Olimpiyskaya literatura, 2015. – 808 s.
13. *Cheppel R.* Uspeshnoe trenerstvo po cherlidingu / R. Cheppel. – Nyu-York : Khyumon Kinetiks, 1999. – 364 s.
14. *Human Kinetics.* Coaching Youth Cheerleading (Coaching Youth Sports Series). – Pom Headridge, 2009. – 152 p.

**МИХАЙЛИЧЕНКО А. Г. Специальная техническая подготовленность черлидеров, выполняющих “базу” на этапе предварительной базовой подготовки.**

*Черлидинг является сложно-координационным видом спорта, поскольку соревновательные композиции базируются на выполнении разнообразных вариантов прыжков, акробатических элементов, танцевальных движений, разнообразных перестроений и т.д. Учитывая результаты ранее проведенного нами исследования по результатам анкетирования определено, что на техническую подготовку отводится 31% времени от*



общего времени тренировки, на физическую 28,5%, на теоретическую – 10,5% и на практическую – 30%. То есть основное внимание уделяется технической подготовке, так как в черлидинге в первую очередь необходимо показать количество и сложность технических элементов во время выступления команды на соревнованиях.

Кроме этого, спортсмены черлидеры выполняют разные функции на соревновательной площадке, одни спортсмены выполняют “базу” (первый уровень пирамид), а другие – “флаеры” (выполняют 2-й и 3-й уровень пирамид). Поэтому уровень технической подготовленности черлидеров, в зависимости от их функций имеет незначительные отличия.

На этапе предварительной базовой подготовки он содержит конкретные средства и методы технической подготовки, а также определенные меры для контроля и оценки технического мастерства.

Логическим продолжением общей технической подготовки в учебно-тренировочном процессе черлидеров-базы является специальная техническая подготовка.

Результаты оценки уровня специальной технической подготовленности черлидеров-базы по контрольным тестам свидетельствуют о том, что базовые движения рук и чер-прыжки находятся на уровне выше среднего, а уровень выполнения акробатических элементов – на среднем уровне. Более детальный анализ результатов позволил установить значительные расхождения в показателях на общегрупповом уровне.

Полученные результаты позволяют скоординировать и разработать методику совершенствования специальной технической подготовленности черлидеров-базы на этапе предварительной базовой подготовки.

**Ключевые слова:** черлидинг, черлидеры-база, техническая подготовка, техническая подготовленность, специальная техническая подготовка, этап предварительной базовой подготовки.

***МУКНАУЛІЧЕНКО А. Г. Special technical preparation of cheerleaders which perform “base” at the stage of pre-basic training.***

*Cheerleading is a difficult-coordination sport, since competitive compositions are based on performing various options for jumping, acrobatic elements, dance movements, various rebuildings, etc. In addition, athletes of cheerleading carry out different functions on a competitive platform, some athletes perform the “base” (the first level of the pyramids), and others - the “flyers” (perform the 2nd and 3rd levels of the pyramids). Therefore, the level of technical readiness of cheerleaders, depending on their functions, has minor differences.*

*Hence a number of private tasks, which reflect, on the one hand, the general laws of sports training, and on the other – the specific features of the technical training of the cheerleader-base.*

*At the preliminary base preparation stage, it contains specific means and methods of technical training, as well as certain measures for monitoring and evaluating technical skills.*

*Special technical training is a specific process of technical training and improvement in accordance with the features of cheerleading. It is a logical continuation (superstructure) of general technical training in the training process of the cheerleader-base*

*The results of the assessment of the level of special technical readiness of the cheerleading base for control tests indicate that dance movements and cher-jumps are at a level above the average, and the level of performance of acrobatic elements is at an average level. A more detailed analysis of the results made it possible to establish significant discrepancies in the indicators at the general group level.*

*The results obtained will allow to coordinate and develop a methodology for improving the special technical readiness of the cheerleader base at the preliminary basic training stage.*

**Keywords:** cheerleading, cheerleading-base, technical training, technical readiness, special technical training, preliminary basic training stage.