

ЛІТЕРАТУРА

1. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии; пер. с англ. А. Боковикова / А. Адлер. – М. : Академический проект, 2007. – 240 с.
 2. Анцупов А.Я. Словарь конфликтолога / А. Я. Анцупов, А. И. Шипилов. – СПб.: Питер, 2006. – 523с.
 3. Білогур В.Є. Соціально-філософський аналіз спорту як головної субстанції самореалізації особистості: теоретико-методологічні виміри / В. Є. Білогур. – К. : Гілея : науковий вісник, 2013. т.№ 72. – С. 449-455.
 4. Булах І.С. Психологічні основи особистісного зростання підлітків: дис.. д.п.н.: 19.00.07 / Булах Ірина Сергіївна; Націон. Пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова. – К., 2004. – 581с.
 5. Мухина В.С. Детская психология / В.С. Мухина. – М.: Апрель Пресс; ЕКСМО-Пресс, 2000. – 352с.
 6. Nikitin E.P., Harlamenkova N.E. Fenomen chelovecheskogo samoutverdenia / E.P.Nikitin. – SPb.Altea, 2000.P. 224.
 7. Samoukina N.V. Efektivnay motivatsia personala pri minimalnih finansovih zatratih / N.V. Samoukina. – М.: Vershina, 2006. – 224р.
- УДК 796.1: 796.012.2:159.9.072

Тищенко В.О.
Запорізький національний університет

ІННОВАЦІЙНІ ТЕСТИ ВИЗНАЧЕННЯ РІВНЯ ПСИХОМОТОРИКИ У СПОРТИВНИХ ІГРАХ

У статті наводяться експериментальні дані, що демонструють ефективність тестування психомоторики у спортивних іграх. Була зроблена спроба оцінити ефективність використання запропонованого метода і динаміку функціонального стану спортсменів. Рухова діяльність під час змагань протікає в зоні граничних психофізичних і функціональних напружень, на високому рівні енерговитрат, тому актуальність нашого дослідження представляється нагальною і необхідною.

Ключові слова: спортивні ігри, психомоторика, функціональний стан, тест.

Тищенко В.А. Инновационные тесты определения уровня психомоторики в спортивных играх. В статье приводятся экспериментальные данные, демонстрирующие эффективность тестирования психомоторики в спортивных играх. Была сделана попытка оценить эффективность использования предложенного метода и динамику функционального состояния спортсменов. Двигательная деятельность во время соревнований протекает в зоне предельных психофизических и функциональных напряжений, на высоком уровне энергозатрат, поэтому актуальность нашего исследования представляется насущной и необходимой.

Ключевые слова: спортивные игры, психомоторика, функциональное состояние, тест.

Tyshchenko V.O. Innovative tests determination of psychometrics in sports games. The article presents experimental data demonstrating the effectiveness of psychomotor testing in sports games. An attempt made to evaluate the effectiveness of the proposed method and the dynamics of the functional state of athletes. Motor activity during the competition takes place in the zone boundary psychophysical and functional stress in high energy, so the relevance of our research seems urgent and necessary. Using these tests helped us to quantify the ability of athletes who must coordinate their actions with the movement speed of thought. For accuracy, coordination and speed of implementation of these tests can coach with sufficient validity to draw conclusions about the level of psychomotor development of the athlete. The proposed tests quantify the rate of reaction, special performance athlete in terms of active selection of useful information can be widely used in all stages of the improvements, and sportsmanship, as the basis for utility model laid approximation sports training to the actual game conditions. The necessity to use facilities during workout sessions in professional sports and particularly in handball has been ascertained. Novel informative testing techniques using flashlight tests have been discussed. Application of test exercises, aimed at evaluation of psychomotor system by qualified handball players of the Ukrainian Super League, has been analyzed. We can assume that the correct choice of exercise machines for workout sessions or testing is an important stage in the use of facilities. They are indispensable for the management and efficient workout process, which gives opportunity to promptly and objectively collect information about readiness of a sportsman's body. It has already been said a lot and a number of studies have been performed as to the importance of facilities use in sportsmen training.

Key words: sports games, psychomotor, functional status, test.

Постановка проблеми. Спеціальна витривалість – найважливіша якість спортсмена, від рівня її розвитку багато в чому залежить досягнення високих результатів у спортивних іграх, і гандболі особливо. Незважаючи на дослідження вчених, у практиці педагогічного та медико-біологічного контролю за спортсменами в даний час відсутні єдині методичні установки при виборі найбільш інформативних критеріїв і методів діагностики. Одним із типів специфічною витривалості вважають координаційно-рухову витривалість, яка проявляється в діяльності, що пред'являє підвищені вимоги до координаційних здібностей. Така витривалість помітна при виконанні численних координаційно складних техніко-тактичних дій. Найважливіший фактор координаційно-рухової витривалості полягає в стійкості проти втоми вищих нервово-моторних функцій управління рухами. Функціональний стан гандболістів та стан їх моторики динамічен у макроциклі тренування [2, с. 24.]. Тому метою нашого дослідження було визначити найбільш прийнятні тести для її визначення.

Дослідження виконано відповідно до плану науково-дослідної роботи кафедри спортивних ігор Запорізького національного університету «Теоретико-методичні основи індивідуалізації навчально-тренувального процесу в ігрових видах спорту».

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Засоби і методи контролю у спортивних іграх формувалися за участю

багатьох фахівців [2,3,10 та ін.] В процесі вирішення актуальних питань – аналізу рухових дій, визначення рівня фізичної підготовленості, технічної майстерності та ін. – були встановлені критерії оцінки різних сторін підготовленості гандболістів, що зіграло помітну роль на певному етапі розвитку теорії і практики гандболу. Загальний комплекс зареєстрованих показників моторики, психомоторики та емоційної спрямованості дозволив у процесі підготовки спортсменів отримувати разом з даними лікарського контролю достовірну картину їх стану і виробляти командні та індивідуальні рекомендації щодо коригування тренувального процесу в складнокоординаційних видах спорту. [6, с. 63.] Загальновідомо, що теорія контролю психомоторики спортсменів умовно розподіляється на дві частини: теорію тестів і теорію оцінок. Перша частина розроблена в методологічному відношенні значно краще, ніж друга [11, с.70]. Це позначилося в тому факті, що серед фахівців досить чітко простежується єдина генеральна лінія в способах відбору показників для тестових батарей, чого не можна сказати про способи оцінки результатів тестування. Саме ця інформація навчально-тренувального процесу – актуальна вимога в сучасному гандболі [12, с. 172].

Мета дослідження: ефективність використання інноваційних тестів визначення рівня психомоторики у спортивних іграх. **Завдання дослідження:** У зв'язку з метою дослідження перед роботою були поставлені наступні завдання:

1. Проаналізувати особливості навчально-тренувального процесу і змагального процесу у спортивних іграх.
2. Перевірити інформативність і адекватність тестів визначення рівня психомоторики.

У дослідженні взяли участь спортсмени у віці 19-32 років, які розподілені на дві однакові групи: експериментальну та контрольну і була проведена оцінка функціонального стану [5, с.127]) і психомоторики (на основі розроблених тестів) [7, 8]. Всі отримані в ході дослідження експериментальні матеріали були оброблені стандартними методами математичної статистики.

Виклад основного матеріалу дослідження. Механізми енергозабезпечення у спортивних іграх забезпечуються трьома основними компонентами фізичної роботоздатності: анаеробно-алактатною, анаеробно-гліколітичною та анаеробною. Перші два показники визначають стан спеціальної роботоздатності спортсменів, третій показник спрямований на вдосконалення техніки і підтримання рухових якостей. У цьому зв'язку, стан спеціальної фізичної роботоздатності нами визначалися за рівнем розвитку креатинфосфатного і гліколітичного механізму енергозабезпечення. Вимірювання проводили за допомогою комп'ютерної програми [9]. Під час першого тесту було визначення спеціальної креатинфосфатної роботоздатності. 2-й тест – на швидкісну витривалість, для визначення спеціальної гліколітичної роботоздатності – включав в себе 40-секундну роботу. Дані інтервали між навантаженнями були обрані з урахуванням того, що спеціалізована робота в спортивних іграх в умовах анаеробного креатинфосфатного енергозабезпечення (швидкісно-силова витривалість) триває до закінчення 20 с, а в умовах гліколітичного енергетичного забезпечення (швидкісна витривалість) – до 1 хв. Аналіз загальноприйнятих методик та специфіки змагальної діяльності дозволив нам запропонувати для оцінки спеціальної підготовленості (психомоторних функцій) нові способи тестової оцінки рівня взаємодії швидкості мислення та рухової дії. Методика дозволяє оцінити сукупність функціонального стану трьох систем організму: зорової сенсорної, рухової сенсорної та центральної нервової системи. Вимірювались параметри часу простої сенсомоторної реакції, (ПСР) стабільність моторного-сенсорного реагування. Крім часу простої сенсомоторної реакції визначався й інший показник, що відображав стабільність сенсомоторного реагування. При вимірюванні складної сенсомоторної реакції також реєструвались час реакції, латентний період і моторний період [1, с.123; 4, с.29]. В якості стимулів використовувався світловий сигнал, під час загоряння якого спортсмен повинен якомога швидше вийти та доторкнутись до стійки. Спосіб тестового оцінювання психофізичних якостей гандболістів (світловий тест 1) (рис.1) у повному обсязі відтворює моменти гри, при яких:

- гравцям нападу необхідно корегувати свої дії у відповідності до зміни системи за активності захисту;
- гравцям нападу для реалізації заздалегідь обумовлених групових та командних взаємодій необхідно діяти за поданням умовних сигналів при розіграві стандартних положень тощо [7].

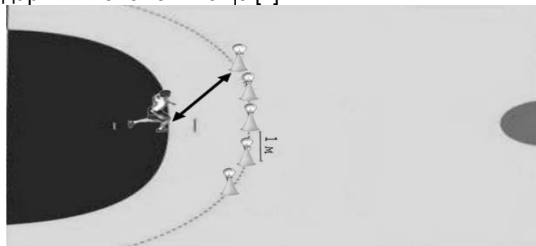


Рис. 1. Схема виконання світлового тесту 1

Спосіб оцінювання швидкості реакції спортсменів в ігрових видах спорту (СвТ2) побудований на об'єктивному показнику часу інформаційного пошуку, тобто інтервалу часу між моментом виникнення ситуації та початком реалізації завдання (рис.2).

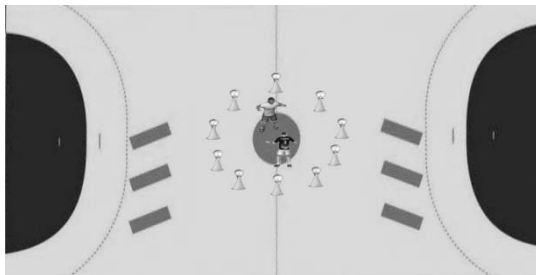


Рис. 2. Схема виконання світлового тесту 2 (СвТ2)

Ускладненість виконання СвТ2 полягає в тому, що крім миттєвого реагування на загоряння світлодіодної лампи

«свого кольору», спортсмен повинен постійно тримати у полі зору напрям і швидкість руху іншого спортсмену для запобігання зіткнення з ним під час ривків [8]. Швидкість дії – є визначальним чинником у спортивних іграх. Швидкість може бути в швидкості руху (біг циклічний, ациклічний при кидку, фінт і стрибку в русі) і комплексної швидкості реакції і швидкісної витривалості. Вона належить до комплексної здатності реалізувати техніко-тактичні дії, при відповідній ситуації, ефективно і точно в оптимальний час і з відповідною інтенсивністю. Тому нами запропоновано наступний тест (рис.3). Спортсмен на максимальній швидкості повинен добігти до фішки I, торкнутися її правою рукою. Потім зробити переміщення в бік фішки II, торкнутися лівою рукою. Потім - рух в бік фішки III, торкання вже правою рукою. Після цього - продовження руху до I фішки, торкання та прискорення на старт-фініш у зворотному напрямку. За допомогою критеріїв визначається рівень спеціальної підготовленості спортсменів. Тест координаційно-рухової витривалості визначається у ситуаціях змагальної діяльності, пов'язаних із переключеннями гравців захисту при опіці нападаючих, виконанні підстраховок та паралельних переміщеннях у захисті, виконанні атакуючих та захисних техніко-тактичних дій у нападі в чисельній меншості та ін.

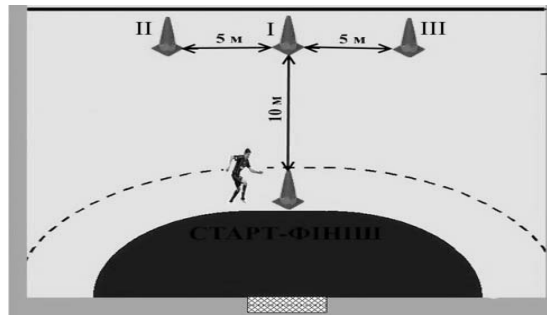


Рис. 3 Схема виконання теста координаційно-рухової витривалості

Таблиця 1

Показники функціонального стану і психомоторики контрольної та експериментальної груп під час дослідження (M ± m)

№	Показники	Контрольна група		Експериментальна група	
		початок дослідження	кінець дослідження	початок дослідження	кінець дослідження
1	ВРWC170, кгм/хв/кг	43,46±0,41	45,69±0,21	41,00±0,78	53,17±1,22*
2	ВМПК, л/хв/кг	97,53±1,37	102,18±1,51	95,67±1,75	128,31±2,42*
3	АЛАКп, Вт/кг	14,49±0,18	15,53±0,19	14,93±0,34	19,01±0,31*
4	АЛАКє, %	86,80±0,62	87,04±0,53	84,33±1,58	95,54±2,45*
5	ЛАКп, Вт/кг	3,27±0,17	3,35±0,18	3,69±0,13	4,45±0,25*
6	ЛАКє, %	59,84±0,72	61,32±0,6	58,28±1,12	66,6±1,23*
7	ЗМЄ, у.о.	261,04±3,43	269,85±3,72	262,26±5,76	282±7,83*
8	ПАНО, %	60,87±2,23	59,31±1,64	58,07±1,47	62,52±1,14*
9	ЧСпано, уд/хв	238,13±3,47	236,64±3,59	237,86±4,02	251,73±4,57*
10	Спосіб оцінювання психофізичних якостей	5,64±2,42	5,44±3,35	5,41±3,09	7,69±3,23*
11	Швидкість реакції	4,49±2,23	5,01±2,43	5,93±3,04	8,11±4,32*
12	Координаційно-рухова витривалість	12,45±5,32	11,73±5,24	12,15±4,71	9,4±5,25*

Примітка: * - p < 0,05 у порівнянні з початком експерименту

На першому етапі дослідження нами була проведена оцінка рівня функціональної підготовленості двох груп. Відповідно до даними, представленими в таблиці 1, на початку експерименту для спортсменів обох груп були характерні середні значення більшості реєстрованих показників, які не мали достовірних відмінностей між собою. Повторне обстеження було проведено через півроку після початку експерименту. Завдяки отриманим результатам (табл. 1), в експериментальній групі було статистично достовірне поліпшення практично всіх функціональних параметрів.

ВИСНОВКИ

1. У тренувальній роботі, пов'язаній з підвищенням рівня спеціальної підготовленості у спортивних іграх, повинні бути присутніми засоби спрямованого впливу, які вдосконалять здатність до швидкого розвитку значних зусиль у початковій фазі, а також до перемикання від поступаючої роботи до долаючої в процесі змагальної діяльності. 2. Силова підготовка повинна бути спрямована на вдосконалення індивідуальних швидкісно-силових здібностей шляхом удосконалення механізмів міжм'язової координації, які визначають оптимальну узгодженість роботи м'язів, що забезпечують ефективність кидкових і різних вибухових дій у гандболістів різних амплуа.

ЛІТЕРАТУРА

1.ГазеевА.А.: Соотношение латентного периода и параметров моторной фазы простой двигательной реакции // Вопросы психологии. – 1980. – № 4. – С. 137.
 2.Игнатъева В.Я. Подготовка игроков в гандбол в спортивных школах: учебно-методическое пособие. – М. : Советский спорт, 2013. – 288 с.
 3.Козина Ж.Л. Теоретико-методические основы индивидуализации учебно-тренировочного процесса спортсменов в игровых видах спорта: автореф. дисс. ... докт. наук по ФВС : [спец.] 24.00.01. – «Олимпийский и профессиональный спорт». – К., 2010. – 45 с.
 4.Малахов В.А. Влияние эмоционального состояния в условиях соревновательной деятельности // Физическое воспитание студентов. – 2014. – № 2 – С. 25-32.

5. Маліков М.В. Функциональная диагностика у фізичному вихованні і спорті: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. – Запоріжжя: ЗДУ, 2004. – 195 с.
6. Патент 86302 Україна, МПК (2013.01) А63В 69/00 / Тищенко В.О. – No. u 2013 07964 ; заявл. 25.06.2013 ; опубл. 25.12.2013 ; бюл. No. 24.
7. Патент 74403 Україна, МПК (2012.01) А63В 69/00 / Приступа Є.Н., Бріскін Ю.А., Тищенко В.О., Сушинський О.Є., Пітин М.П., Бережанський В.О., Петришак В.С. – No. u201204663 ; заявл. 13.04.2012 ; опубл. 25.10.2012 ; бюл. No. 20.
8. Свідоцтво про реєстрацію авторського права № 51235 / Комп'ютерна програма світлових тестів «СвТ1 та СвТ2».
9. Baum S., McPherson M. Sorting to Extremes./ Change: The Magazine of Higher Learning. 2011.– vol.43 (4). – pp. 6–12.
10. Georgiadis K. The Implementation of Olympic Education Programs at World Level // Procedia-Social and Behavioral Sciences. – 2010. – vol.2 (5). – pp. 67–71.
11. Light R., Dixon M.A. Contemporary Developments in Sport Pedagogy and their Implications for Sport Management Education // Sport Management Review. – 2007. – vol.10 (2). – pp. 159–175.

Ткаченко М.В.

Національний медичний університет імені О.О. Богомольця

КРИТЕРІЇ ФОРМУВАННЯ ВІДПОВІДАЛЬНОГО СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ ВИЩИХ МЕДИЧНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ ДО ЦІННОСТЕЙ ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Автор вказує, що суттєві перетворення у сфері професійної діяльності зумовили підвищення вимог до підготовки конкурентоздатних і мобільних кадрів у системі вищої медичної освіти. Однією з ключових умов відтворення кваліфікованого і працездатного майбутнього лікаря є його залучення до оздоровчої діяльності. Для оцінки рівня сформованості відповідального ставлення студентів вищих медичних навчальних закладів до цінностей оздоровчої діяльності автором були критерії: інтелектуальний, мотиваційний, діяльнісний та емоційний.

Ключові слова: критерії, формування, відповідальне ставлення, студенти вищих медичних навчальних закладів, цінності оздоровчої діяльності.

Ткаченко М.В. Критерии формирования ответственного отношения студентов высших медицинских учебных заведений к ценностям оздоровительной деятельности. Автор указывает, что существенные превращения в сфере профессиональной деятельности обусловили повышение требований до подготовки конкурентоспособных и мобильных кадров в системе высшего медицинского образования. Одним из ключевых условий воссоздания квалифицированного и работоспособного будущего врача является его привлечение к оздоровительной деятельности. Для оценки уровня форсированности ответственного отношения студентов высших медицинских учебных заведений к ценностям оздоровительной деятельности автором были критерии: интеллектуальный, мотивационный, деятельностный и эмоциональный.

Ключевые слова: критерии, формирования, ответственное отношение, студенты высших медицинских учебных заведений, ценности оздоровительной деятельности.

Tkachenko M.V. Criteria of forming of responsible relation of students of higher medical educational establishments are to the values of health activity. An author specifies that substantial transformations in the field of professional activity stipulated the increase of requirements to preparation of competitive u of mobile shots in the system of higher medical education. One of key terms of recreation of skilled and capable of working future doctor there is his bringing in to health activity. For the estimation of level of formed of responsible relation of students of higher medical educational establishments to the values of health activity an author were criteria: intellectual, motivational, the activity and emotional. An intellectual criterion shows up through such indexes, as a level of erudition in the questions of health activity; possessing a concept-terminology vehicle is in relation to the values of health; possessing information is about facilities and receptions of strengthening of health in the process of health activity; knowledge of subjective and objective indexes of self-control and their estimation; acquaintance from health-preserving by educational technologies. Motivational determines criteria motivation to the healthy way of life and is an interlink between it is simple a desire to «be healthy» and by the real actions from maintenance and strengthening of the health first of all, to employments of health orientation. The activity a criterion is determined, foremost, that the students of higher medical educational establishments in practice use knowledge about the values of health activity, converting them on a competence. An emotional criterion is expressed through the complex of such indexes, as a presence of the valued orientation on health activity, healthy way of life, positive emotional orientation of employments, ability to resist to the fatigue and stresses, knowledge and application of receptions of self-regulation.

Key words: criteria, forming, responsible relation, students of higher medical educational establishments, value of health activity.

Вступ. Сучасне життя неможливе без серйозних змін у соціальній сфері суспільства, де головним орієнтиром стає стан здоров'я людини. Це є одним з головних визначальних чинників рівня життєздатності цивілізованої країни. пріоритетним завданням вищих медичних навчальних закладів на етапі модернізації вищої медичної освіти є концентрація зусиль на збереженні і зміцненні здоров'я, вихованні потреби студентів у оздоровчій діяльності, вдосконаленні психофізичних якостей і функціональних здібностей майбутніх лікарів, використовуючи реальний, доступний і дієвий ресурс, яким виступають сучасні розробки у галузі теорії і методики виховання, засновані на наукових дослідженнях у сфері фізичного виховання студентської молоді.