

09.09.2015. 2015. № 40-41.

8. Спеціальна фізична підготовка : навч. посіб. / [В. Бондаренко, С. Решко, В. Дідковський та ін.] ; за заг. ред. В. Чернея, Р. Сербина. Київ : Нац. акад. внутр. справ, ФОР Кандиба Т. П., 2021. 341 с.

9. Тьорло О. І., Домінюк М. М., Голодівський М. Ф., Кмицяк М. В., Костовський М. Г., Підпригора М. В. Обґрунтування необхідності підвищення рівня спеціальної підготовленості майбутніх офіцерів-жінок підрозділів Національної поліції. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)* : зб. наукових праць / За ред. О. В. Тимошенка. Київ : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2022. Вип. 2 (146) 22. С. 132–135. DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.2(146)28.

10. Bondarenko, V., Okhrimenko, I., Tverdokhvalova, I., Mannapova, K., & Pronenko, K. (2020). Formation of the professionally significant skills and competencies of future police officers during studying at higher educational institutions. *Revista Românească pentru Educație Multidimensională*, 12(3), 246-267. doi: <https://doi.org/10.18662/rrem/12.3/320>.

References

1. Borovyk M. O. Osoblyvosti fizychnoi pidhotovky zhinok politseiskykh. *Naukovi dosiahnennia, vidkryttia ta shliakhy rozvytku pedahohichnoi nauky: materialy Vseukr. nauk.-prakt. konf. (m. Zaporizhzhia, 26-27 travnia 2017 r.)*. Zaporizhzhia : Klasychnyi pryvatnyi universytet, 2017. S.11–15.

2. Horska M. O. Osoblyvosti profesiinoho navchannia politseiskykh u suchasnykh umovakh. *Osoblyvosti pidhotovky politseiskykh v umovakh reformuvannia systemy MVS Ukrainy* : zb. materialiv Mizhnar. nauk.-prakt. konf. (Kharkiv, 20 trav. 2016 r.). Kharkiv, 2016. S. 116–120.

3. Didkovskiy V. A. Fizychna pidhotovka pratsivnykiv Natsionalnoi politsii Ukrainy : navch. posib. / [V. A. Didkovskiy, V. V. Bondarenko, O. V. Kuzenkov]. Kyiv : Nats. akad. vnutr. sprav, FOP Kandyba T. P., 2019. 98 s.

4. Manko V. M. Osoblyvosti pidhotovky pravookhorontsiv u vyshchykh navchalnykh zakladakh zi spetsyfichnymu umovamy navchannia. *Vyshcha shkola*. 2015. № 7–8. S. 16–27.

5. Pashkovskaia M. V. Osobennosti praktycheskoi podhotovky kursantov Natsionalnoi akademyy vnutrennykh del. *Aktualnye problemy praktycheskoho obuchenya* : sb. nauch. tr. Mezhdunar. nauch.-metod. konf. (Mohylev, 4 noiab. 2014 h.). Mohylev, 2014. S. 28–30.

6. Pro zatverdzhennia Polozhennia pro orhanizatsiiu sluzhbovoi pidhotovky pratsivnykiv Natsionalnoi politsii Ukrainy : nakaz MVS Ukrainy vid 26 sich. 2016 r. № 50. URL: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0260-16>.

7. Pro Natsionalnu politsiiu : Zakon Ukrainy vid 02.07.2015 № 580-VIII // Vidomosti Verkhovnoi Rady Ukrainy vid 09.09.2015. 2015. № 40-41.

8. Spetsialna fizychna pidhotovka : navch. posib. / [V. Bondarenko, S. Reshko, V. Didkovskiy ta in.] ; za zah. red. V. Cherneia, R. Serbyna. Kyiv : Nats. akad. vnutr. sprav, FOP Kandyba T. P., 2021. 341 s.

9. Torlo O. I., Dominiuk M. M., Holodivskiy M. F., Kmytsiak M. V., Kostovskiy M. H., Pidporyhora M. V. Obgruntuvannia neobkhdnosti pidvyshchennia rivnia spetsialnoi pidhotovlenosti maibutnikh ofitseriv-zhinok pidrozdiliv Natsionalnoi politsii. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Serii № 15. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport)* : zb. naukovykh prats / Za red. O. V. Tymoshenka. Kyiv : Vyd-vo NPU imeni M.P. Drahomanova, 2022. Vyp. 2 (146) 22. S. 132–135. DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.2(146)28.

10. Bondarenko, V., Okhrimenko, I., Tverdokhvalova, I., Mannapova, K., & Pronenko, K. (2020). Formation of the professionally significant skills and competencies of future police officers during studying at higher educational institutions. *Revista Românească pentru Educație Multidimensională*, 12(3), 246-267. doi: <https://doi.org/10.18662/rrem/12.3/320>.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.5(150).10

Дорофєєва Т. І.

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент

Котляр С.М.

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент

Харківська державна академія фізичної культури, м. Харків

СИСТЕМА АВТОМАТИЗОВАНОГО КОНТРОЛЮ ТА УПРАВЛІННЯ ФІЗИЧНИМИ НАВАНТАЖЕННЯМИ В ЛИЖНОМУ СПОРТІ

До останнього часу відсутні дані досліджень і наукові розробки контролю та моделювання тренувальних навантажень у лижному спорті для дітей дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованої базової підготовки з використанням сучасних баз даних в навчально-тренувальному процесі. **Мета статті** – показати один з можливих підходів до аналізу та узагальнення навчально-тренувальних навантажень у підготовці лижників-гонщиків, допомогти науковцям та тренерам-практикам, а також побудити їх до пошуку альтернативних шляхів, форм і методів вивчення творчої діяльності тренера. **Методи дослідження:** вивчення, аналіз і синтез літератури, педагогічні спостереження, методи математичної статистики з використанням системи управління баз даних Access. **Результат.** Представлена автоматизована інформаційна система педагогічного контролю навчально-тренувальних навантажень на прикладі лижного спорту, яка розроблена на базі системи управління баз даних Access. Її використання дозволяє: здійснювати уніфіковане збирання інформації; вираховувати похідні показники та робити статистичну обробку даних; відображати динаміку основних параметрів тренувальних й змагальних навантажень; складати різноманітні види звітів за період будь-якої тривалості; створювати моделі різних

структурних утворень навчально-тренувального процесу в лижному спорті. **Ключові слова:** лижний спорт, системи управління базами даних, контроль та моделювання тренувальних навантажень.

Dorofieieva Tatiana, Kotliar Serhii. Automated control and management system physical loads in skiing. Until recently, there is no research data and research on the control and modeling of training loads in skiing for children of children's and youth sports schools using modern databases in the training process. **The purpose** is to show one of the possible approaches to the analysis and generalization of training loads in the training of skiers, help scientists and trainers-practitioners, as well as encourage them to find alternative ways, forms and methods of studying the creative activity of the coach. **Research methods:** study, analysis and synthesis of literature, pedagogical observations, methods of mathematical statistics using Access database management system. **Result.** The automated information system of pedagogical control of educational and training loads on the example of skiing is presented, which is developed on the basis of the Access database management system. Its use allows: to carry out unified collection of information; to calculate derived indicators and do statistical data processing; to reflect the dynamics of the main parameters of training and competitive loads; to compile various types of reports for the period of any duration; to create models of various structural formations of the educational and training process in skiing.

Key words: skiing, database management systems, control and simulation of training loads.

Постановка проблеми і аналіз літературних джерел. Сучасний рівень спорту, як вищих досягнень, так і для початківців потребує не тільки чіткого планування тренувального процесу, але і контролю за виконанням тренувального навантаження з подальшою корекцією і моделюванням процесу підготовки в спорті. Лижний спорт є одним з перспективних видів спорту нашої країни, який з кожним роком набуває все більше попиту серед дітей і підлітків. Однак тренування спортсменів в більшості дитячо-юнацьких спортивних школах, а особливо на етапі спеціалізованої базової підготовки, на жаль так і залишається загальним для всієї групи, без контролю і відповідної корекції навчально-тренувального навантаження. Ефективність же процесу підготовки спортсмена в сучасних умовах багато в чому обумовлена використанням засобів і методів контролю як інструменту управління, що дозволяє здійснювати зворотні зв'язки між тренером і спортсменом і на цій основі підвищувати рівень ефективності вирішення поставлених завдань при підготовці спортсменів М. Агроновский [1], Т. Дорофєєва [3], А. Клемба [6], В. Пеньковец [12], В. Платонов [13], та ін. Реальне підвищення якості роботи тренерів вимагає вирішення багатьох окремих питань, об'єднаних у єдиний цикл та взаємообумовлюючих один одного В. Кучеренко [8], О. Камаев, Н. Блещунов, Е. Камаева, В. Мулик [5], С. Котляр [7], Т. Раменская, А. Баталов [9], Л. Матвеев [10], В. Мулик [11] та ін. Однією з них є виявлення оптимальної послідовності застосування тренувальних впливів, тобто апробована «технологія» переходу від фактичного стану до ідеального М. Годик [2], В. Запорожанов [4], В. Платонов [14], А. Ратов [15], Б. Тимошенко [16], Л. Чалій [17]. Тому теоретичне обґрунтування і практична апробація моделей різних структурних утворень тренувального процесу є актуальним питанням у багатьох видах спорту.

Мета статті – показати один з можливих підходів до аналізу та узагальнення навчально-тренувальних навантажень у підготовці лижників-гонщиків, допомогти науковцям та тренерам-практикам, а також побудити їх до пошуку альтернативних шляхів, форм і методів вивчення творчої діяльності тренера.

Методи дослідження: вивчення, аналіз і синтез літератури, педагогічні спостереження, методи математичної статистики з використанням системи управління баз даних Access.

Виклад основного матеріалу досліджень. В роботі представлена автоматизована інформаційна система педагогічного контролю тренувальних навантажень, яка розроблена на базі системи управління баз даних Access. Її використання дозволяє: здійснювати уніфіковане збирання інформації; вираховувати похідні показники та робити статистичну обробку даних; відображати динаміку основних параметрів тренувальних й змагальних навантажень; складати різноманітні види звітів за період будь-якої тривалості; створювати моделі різних структурних утворень тренувального процесу.

Реляційна база Access складається з багатьох таблиць, які зв'язані поміж собою по ключовому полю, або індексу (рис. 1).

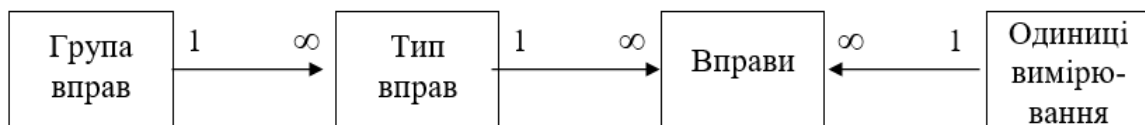


Рис. 1. Схема даних у базі тренувальних вправ

Така структура системи управління баз даних вимагає лише однозначної класифікації фізичних вправ: одне й те ж саме тренувальне завдання не може бути віднесено одночасно до різних типів або груп вправ. Зміна компонентів навантаження, які викликають зміну напрямку впливу цієї вправи, потребують заміни й класифікаційних ознак. Тому першим кроком при створенні уніфікованої системи контролю тренувальних навантажень у будь-якому виді спорту є складання переліку стандартних тренувальних завдань та їх класифікація по типам і групам. Результати такої роботи представлені у табл. 1.

Традиційно у лижному спорті враховується співвідношення засобів загальної та спеціальної фізичної підготовки, а також загальний об'єм циклічного навантаження. Враховується вклад окремих засобів підготовки - лижі, лижеролери, імітація, біг тощо. Ці рекомендації були повністю використані при розробці комп'ютерної програми.

Різниця полягає у розподілу роботи по зонам енергозабезпечення. У лижному спорті вона практично не здійснюється: у навчальних програмах з лижних гонок ступінь інтенсивності класифікується як "слабка", "помірна", "оптимальна", "сильна" та "гранична". Для узагальнення обсягів тренувальних навантажень у річному циклі підготовки

ведеться облік роботи: слабкої й середньої інтенсивності (разом) та високої інтенсивності.

Нами при оцінці інтенсивності роботи використана концепція "порогових" навантажень та враховується міра подібності тренувальної вправи із змагальною діяльністю лижників-гонщиків з швидкості та величини м'язових зусиль.

Таблиця 1

Класифікація вправ лижників-гонщиків (фрагмент)

Група вправ	Тип вправ	Назва вправ	Одиниці	
Біг/ЗОЦН/	Полегшений	Біг розминочний	метри	
		Біг заминочний	метри	
		Біг поновлюючий	метри	
	Розвивальний	Біг 1км/5хвил.	метри	
		Біг рівномірний	метри	
		Біг рівномірний до гори	метри	
		Біг перемінний	метри	
		Біг інтервальний	метри	
		Біг комбі з ЗФП	метри	
		Біг по піску	метри	
		Біг з обтяженням	метри	
	Змагальний	Біг перемінний	метри	
		Біг інтервальний	метри	
	Імітація/ЗОЦН/	Полегшений	Імітація крокова без палиць	метри
			Імітація крокова на рівнині	метри
Імітація крокова з бігом			метри	
Розвивальний		Імітація стрибова в підйом класика	метри	
		Імітація стрибова в підйом ковз.стилем	метри	
		Біг з імітацією класика	метри	
		Біг з імітацією ковз.стиль	метри	
Л/ролери/ЗОЦН/	Полегшений	Л/р на техніку б/палиць ковз.стиль	метри	
		Л/р рівномірно класика	метри	
		Л/р на тактику	метри	
		Л/р спуски	метри	
		Л/р рівномірно з ходу на хід	метри	
		Л/р рівномірно ковз.стилем	метри	
		Л/р на техніку комбіновано з палицями	метри	
		Л/р на техніку з палицями ковзан.стилем	метри	
		Л/р на техніку без палиць класика	метри	
		Л/р на техніку з палицями класика	метри	
		Л/р на техніку комбіновано без палиць	метри	
		Розвиваючий	Л/р перемінно комбіновано	метри
			На тактику ковз. стилем	метри
	На тактику класика		метри	
	Підйоми на тактику		метри	
	На техніку комбі. без палиць		метри	
	На техніку ковзан.стилем без палиць		метри	
	На техніку ковзан. стилем з палицями		метри	
	На техніку класика без палиць	метри		
	На техніку класика з палицями	метри		
Л/ролери/ЗОЦН/	Розвиваючий	Інтервально комбіновано	метри	
		Інтервально класика	метри	
		На тактику комбіновано	метри	
		Л/р перемінно ковзан.стилем	метри	
		Л/р перемінно класика	метри	
		Л/р рівномірно комбіновано	метри	
		Л/р рівномірно ковз.стилем	метри	
		Л/р рівномірно класика	метри	
		Підйоми на техніку	метри	
		Інтервально ковзан.стилем	метри	

Продовження таблиці 2

Група вправ	Тип вправ	Назва вправ	Одиниці	
	Змагальний	Підйоми на техніку	метри	
		Комбіновано	метри	
		З ходу на хід	метри	
		Класика	метри	
		Ковзан. Стиль	метри	
Лижі/ЗОЦН/	Полегшений	Рівномірно з ходу на хід	метри	
		На тактику	метри	
		На техніку комбі. з палиця	метри	
		Рівномірно ковзан.стилем	метри	
		Рівномірно класика	метри	
		На техніку класика без палиць	метри	
		На техніку класика з палицями	метри	
		На техніку ковзан. стилем без палиць	метри	
		На техніку комбі. без палиць	метри	
		Спуски	метри	
		На техніку ковзан. стилем з палицями	метри	
		Розвиваючий	Підйоми на тактику ковзан.стиль	метри
			На техніку класика	метри
	На техніку ковзан. стилем		метри	
	На техніку комбіновано		метри	
	На техніку з ходу на хід		метри	
	Подйоми на техніку класика		метри	
	Подйоми на техніку ковзан. стилем		метри	
	Лижі/ЗОЦН/	Розвиваючий	Подйоми на тактику комбі.	метри
			Інтервально з ходу на хід	метри
Рівномірно ковзан. стиль			метри	
Підйоми на тактику класика			метри	
Інтервально комбіновано			метри	
Інтервально ковзан. стиль			метри	
Інтервально класика			метри	
Перемінно з ходу на хід			метри	
Перемінно комбіновано			метри	
Перемінно ковзан.стилем			метри	
Перемінно класика		метри		
Змагальний		Рівномірно комбіновано	метри	
		Рівномірно класика	метри	
		Рівномірно з ходу на хід	метри	
		Класика	метри	
		З ходу на хід	метри	
		Підйоми на техніку	метри	
	Комбінованно	метри		
Ковзан.стиль	метри			
Швидкісно-силові	Метання	Метання від грудей	кілограми	
		Метання з поворотом	кілограми	
		Метання спиною вперед	кілограми	
		Метання із-за голови	кілограми	
	Стрибки	Стрибок подвійний з місця	повтори	
		Стрибок потрійний з місця	повтори	
		Стрибок п'ятирний на одній нозі	повтори	
		Стрибки жабкою 5-кратний	повтори	

З цих позицій увесь діапазон навантажень пропонуємо поділити на:
 – полегшений режим (П) - що підтримує дієздатність та поновлює її після напруженої тренувальної або змагальної діяльності;
 – розвиваючий режим (Р) - який сприяє активізації адаптаційних перебудов організму та переходу на новий

рівень функціонування;

– змагальний режим (З) - що моделює або перевищує змагальну діяльність.

Крім типу та групи вправ не менш важливою класифікаційною ознакою є одиниця вимірювання того чи іншого тренувального завдання. Увесь спектр фізичних вправ можна описати використовуючи чотири одиниці вимірювання: метри, хвилини, кілограми або повтори. Дуже важливо, щоб кожен окремих тип вправ мав спільну одиницю вимірювання. У групі вправ кількість одиниць вимірювання може бути збільшено до двох, наприклад, у групі швидко-силових вправ такими одиницями є кілограми та повтори, у групі загально-розвиваючих вправ – хвилини або метри. Циклічне навантаження повинне мати лише одну одиницю вимірювання – метри. Застосування в цій групі такої одиниці вимірювання як хвилини вносить плутанину і не дозволяє чітко визначити обсяг тренувальних навантажень.

Переваги стандартизованої методики класифікації тренувальних навантажень були доведені у практичній діяльності. Вона дозволяє уніфікувати облік тренувальних навантажень за термін будь-якої довжини. Причому врахуванню підлягають усі найважливіші чинники спеціальної підготовки спортсменів. Тренеру потрібно лише кожен день ретельно записувати зміст тренувального заняття (зразок – у табл. 2). Все інше системи управління баз даних Access зробить сама. У розпорядженні тренера або науковця – більш 20 видів звітів: табличних та графічних, що відбивають обсяг та співвідношення тренувальної роботи у тренувальних заняттях, мікро- та мезоциклах, етапах й періодах підготовки, дозволяють вивести показники за рік та декілька років.

Таблиця 2

Зразок запису змісту тренувального заняття у щоденнику тренера

Вправи	Одиниці	Час	Sx	nx	Дист	Відпочинок М	Відпочино к t	Відпочинок Вид	Темп
Біг перемінний	метри		1	1	5000				
Імітація стрибова в підйом класика	метри		2	2	150			активний	
Імітація стрибова в підйом ковзанярський стиль	метри		2	2	150			активний	
Біг з імітацією класика	метри		2	2	150			активний	
Біг з імітацією ковзанярський стиль	метри		2	2	150			активний	
Робота з гумовим амортизатором	хвилини	15							
На гнучкість	хвилини	20							
Вправи	Вага	Підхід	Кількість	Серії	Повтори	Тип вправ	Група вправ		
Біг перемінний						Розвиваючий	Біг/ЗОЦН/		
Імітація стрибова в підйом класика						Розвиваючий	Імітація/ЗОЦН/		
Імітація стрибова в підйом ковзан.стиль						Розвиваючий	Імітація/ЗОЦН/		
Біг з імітацією класика						Розвиваючий	Імітація/ЗОЦН/		
Біг з імітацією ковзан.стиль						Розвиваючий	Імітація/ЗОЦН/		
Робота с гумовим амортизатором						Розвиваючий	Швидко-силові		
На гнучкість						ЗРВ/на гнучкість	ЗРВ та інше		

Логічно припустити, що подальша розробка цього напрямку у лижному та інших видах спорту, а також практичне використання цих розробок у практичній діяльності тренерів буде сприяти підвищенню ефективності підготовки як спортивного резерву, так і спортсменів міжнародного класу.

Висновки. У ході нашої роботи ми показали один з можливих підходів до аналізу та узагальнення навчально-тренувальних навантажень у підготовці лижників-гонщиків, крім цього запропонували допомогу науковцям та тренерам-практикам, побудивши їх до пошуку інших сучасних шляхів, форм і методів вивчення творчої діяльності тренера. Нами показана автоматизована інформаційна система педагогічного контролю фізичних навчально-тренувальних навантажень, яка розроблена на базі системи управління баз даних Access. Її використання дозволяє достатньо легко здійснювати збирання інформації, обчислювати отримані показники, та своєчасно робити обробку даних на кожному тренуванні, спостерігати за динамікою основних параметрів навчально-тренувальних і змагальних навантажень, отримувати і складати різноманітні види звітів за період будь-якої тривалості, створювати моделі різних структурних утворень тренувального процесу, які мають об'єктивно допомагати тренеру своєчасно виявляти слабкі ланки в підготовці спортсменів та робити індивідуальну корекцію в навчально-тренувальному процесі підготовки.

Перспективи подальших досліджень полягають у доповненні вже існуючої системи управління баз даними,

більш дрібною і різноманітною класифікацією тренувальних і змагальних вправ, що об'єктивно допоможе в підготовці спортсменів більш високої кваліфікації на рівні від кандидата в майстри спорту до рівня майстра спорту міжнародного класу.

Література

1. Агроновский М. А. Система тренування в циклічних видах спорту. М.: ФиС, 1989. 54 с.
2. Годик М. А. Педагогические основы нормирования и контроля соревновательных и тренировочных нагрузок: Дис. ... д-ра пед. наук. М., 1982. 377 с.
3. Дорофеева Т. І. Вплив віку, кваліфікації та періоду річного циклу на динаміку показників спеціальної підготовленості лижниць-гонщиць. Матеріали IV електронної наукової конференції (Харків, 27-28 листопада 2008 р.). м. Харків, 2008. С. 39-40.
4. Запорожанов В. А. Контроль в спортивной тренировке. К.: Здоров'я, 1988. 144 с.
5. Камаев О. И., Блещунов Н. В., Камаева Е. Н., Мулик В. В. Техническая и специальная физическая подготовка квалифицированных лыжников-гонщиков: метод. реком. для студ. Харьков, 1989. 24 с
6. Клемба А., Клемба А., Байцар Ю., Любизанін Ю. Підвищення ефективності методики навчання лижних ходів на основі новаційних підходів. Молода спортивна наука України: зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. Львів, 2007. Вип. 11. Т. 3. 151-154 с.
7. Котляр С. М. Особливості побудовання предзмагальної підготовки кваліфікованих лижників-гонщиків. Фізична культура, спорт та здоров'я: матер. II Всеукраїнської наук. практ. конф. студентів та аспірантів фізкультурних навчальних закладів, (Харків, 11-13 травня 2000р.). Харків, 2000. С. 66-67.
8. Кучеренко В. М., В. М. Кучеренко. Технічна підготовка лижника : навч.-метод. посіб. Тернопіль: ТДПУ, 2003. 97 с.
9. Лижний спорт: підручник / за ред.: Баталов А. Г.– М.: Фізична культура, 2005. 150 с.
10. Матвеев Л. П. Пути решения проблемы классификации основных средств подготовки спортсмена. Современный олимпийский спорт: тезисы докл. междунар. конгресса., м. Київ, КГИФК, 1993. С. 55-56.
11. Мулик В. В. Градация физических нагрузок в различных средствах тренировки лыжников. Матер. II Межрегионал. науч.-практ. конф., посвященной 100-летию современного Олимпийского движения (Харьков, 11-14 января 1994 г.). м Харьков, 1994. С. 13-14.
12. Пеньковець В. І., Пеньковець В. І., Пеньковець Д. В. Лижний спорт (лижні гонки, біатлон): навч. посіб. Чернігів: Чернігівський національний педагогічний університет, 2015. 257 с.
13. Платонов В. Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение. Киев: Олимп. лит., 2013. 624 с.
14. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Киев: Олимпийская литература, 1997. 583 с.
15. Ратов А. М., Ворона В. В. Теорія та методика лижного спорту: навч. метод. посіб. для студентів вищих навчальних закладів напрямків підготовки «Фізичне виховання», «Спорт» і «Здоров'я людини», тренерів ДЮСШ та вчителів фізичної культури. Суми: вид-во СумДПУ ім. А.С.Макаренка, 2015. 188 с.
16. Раменське Т. І., Баталов А.Г. Сучасна методика підготовки юних лижників гонщиків. Лижний спорт: підручник 2021 г.
17. Тимошенко Б. М., Гурман Л. Д. Лижний спорт: навч.-метод. посіб. Кам'янець-Подільський НУ. Кам'янець-Подільський, 2008. 280 с.
18. Чалій Л. В., Кіндрат В. К. Основи лижної підготовки: навч.-метод. посіб. для студентів спеціальності «Фізична культура». МОНУ, Рівненський державний гуманітарний університет. Рівне: СОМ-ЦЕНТР, 2008. 106 с.

Reference

1. Agronovskiy M. A. Training system in cyclical sports. Moscow: FiS. 1989. 54 p.
2. Godik M. A. Pedagogical bases of regulation and control of competitive and training loads: Dis. ... Dr. ped. Sciences. M., 1982. 377 p.
3. Dorofeeva TI Influence of age, qualification and period of the annual cycle on the dynamics of indicators of special training of skiers-racers. Proceedings of the IV electronic scientific conference (Kharkiv, November 27-28, 2008). Kharkiv, 2008. S. 39-40.
4. Zaporozhanov V. A. Control in sports training. K.: Health, 1988. 144 p.
5. Kamaev O. I., Bleschunov N. V., Kamaeva E. N., Mulik V. V. Technical and special physical training of qualified ski racers: method. recommend. for stud. Kharkov, 1989. 24 p.
6. Klemba A., Klemba A., Baitsar Y., Lyubizhanin Y. Improving the effectiveness of methods of teaching ski passes on the basis of innovative approaches. Young sports science of Ukraine: coll. Science. etc. in the field of physical. culture and sports. Lviv, 2007. Issue. 11. T. 3. 151-154 p.
7. Kotlyar SM Features of pre-competition training of qualified skiers-racers. Physical culture, sports and health: mater. II All-Ukrainian scientific-practical. conf. students and graduate students of physical education institutions, (Kharkiv, May 11-13, 2000). Kharkiv, 2000. S. 66-67.
8. Kucherenko VM, VM Kucherenko. Technical training of a skier: teaching method. way. Ternopil: TSPU, 2003. 97 p.
9. Skiing: a textbook / ed. : Batalov AG - M. : Physical Culture, 2005. 150 p.
10. Matveev L. P. Ways to solve the problem of classification of the main means of training an athlete. Modern Olympic sport: abstracts of reports. intl. Congress., M. Kiev, KGIFC, 1993. S. 55-56.
11. Mulik V. V. Gradation of physical loads in various means of training skiers. Mater. II Interregional. scientific-practical. Conf. dedicated to the 100th anniversary of the modern Olympic movement (Kharkov, January 11-14, 1994). m Kharkov, 1994. S. 13-14.

12. Penkovets V. I., Penkovets V. I., Penkovets D. V. Ski sports (league races, biathlon): Navch. posib. Chernigiv: Chernigiv National Pedagogical University, 2015. 257 p.
13. Platonov VN Periodization of sports training. General theory and its practical application. Kyiv: Olympus. lit., 2013. 624 p.
14. Platonov VN Obshchaya teoriya podgotovki sportsmenov v olympic sport. Kyiv: Olympic Literature, 1997. 583 p.
15. Ratov AM, Vorona VV Theory and methods of skiing: textbook. method. way. for students of higher educational institutions in the fields of "Physical Education", "Sports" and "Human Health", CYSS coaches and physical education teachers. Sumy: published by Sumy State Pedagogical University. A.S. Makarenko, 2015. 188 p.
16. Ramenskoe TI, Batalov AG Modern methods of training young skiers racers. Skiing: a textbook in 2021
17. Tymoshenko BM, Gourmet LD Skiing: teaching method. way. Kamyanets-Podilsky National University. Kamianets-Podilskyi, 2008. 280 p.
18. Chalyi LV, Kindrat VK Fundamentals of ski training: teaching method. way. for students majoring in "Physical Culture". MESU, Rivne State University for the Humanities. Rivne: COM-CENTER, 2008. 106 p.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.5(150).11
УДК: 796.8; 37.064.3-342.951:82

Колісниченко В. В.,
кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки факультету №3 (превентивної діяльності)
Харківського національного університету внутрішніх справ,
Замрозевич-Шадріна С. Р.,
доктор педагогічних наук, доцент, доцент кафедри фахових методик і технологій початкової освіти
Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника,
Шапаренко І. Є.,
кандидат біологічних наук, доцент кафедри медико-біологічних дисциплін і фізичного виховання
факультету фізичного виховання
Полтавського національного педагогічного університету ім. В. Г. Короленка,
Семаль Н. В.,
кандидат наук з фізичного виховання та спорту,
доцент кафедри фізичного виховання Ужгородського національного університету,
Юденко О. В.,
кандидат педагогічних наук, доцент кафедри біобезпеки і здоров'я людини Національного технічного
університету України «Київський політехнічний інститут ім. Ігоря Сікорського».

ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ЗГУРТУВАННЯ СПОРТИВНОГО КОЛЕКТИВУ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Враховуючи результати аналізу науково-методичної, спеціальної та довідкової літератури (моніторингу Інтернет-ресурсів) встановлено, що питанням розроблення (моделювання) педагогічних умов всебічної підготовки одноборців (чоловіків), які спеціалізуються в греко-римській боротьбі – присвячено недостатню кількість науково-методичних праць, що потребує подальших досліджень та підкреслює актуальність і практичну складову обраного напрямку наукової розвідки.

Головною метою дослідження є розроблення та апробація педагогічних умов згуртування членів збірних команд областей України з греко-римської боротьби (чоловіків), а також організація їхнього навчально-тренувального процесу на безпечній локації в умовах воєнного стану. Під час емпіричного дослідження членами науково-дослідної групи були використані наступні методи: аналіз і синтез (абстрагування), індукція (дедукція), моделювання, математично-статистичні, (кореляційного аналізу, факторного аналізу), тощо.

В результаті емпіричного дослідження членами науково-дослідної групи розроблені та апробовані педагогічні умови згуртування членів збірних команд областей України з греко-римської боротьби (чоловіків), що забезпечило якісну організацію їхнього навчально-тренувального процесу на безпечній локації в умовах воєнного стану. Запропоновані нами організаційно-педагогічні умови передбачали проходження досліджуваними одноборцями трьох основних блоків (із відповідним навчально-методичним та адміністративним забезпеченням): організаційно-діагностичний, коригуючий і константувальний. Встановлено, що збалансоване та поетапне використання зазначених вище організаційно-педагогічних умов сприяло згуртуванню спортивного колективу, а також забезпечило підвищення індивідуального психофізичного рівня готовності борців досліджуваної категорії до змагальної діяльності в умовах воєнного стану.

Перспективи подальших наукових розвідок у обраному напрямі передбачають розроблення індивідуальних програм підтримання оптимального рівня психофізичної готовності одноборців до продовження систематичних тренувань (змагальної діяльності) після закінчення воєнного стану.

Ключові слова: висока кваліфікація, екстремальні умови, греко-римська боротьба, згуртування, педагогічні умови, психологічна сумісність, психофізична готовність, спортивний колектив

Kolisnichenko V., Zamrozevych-Shadrina S., Shaparenko I., Semal N., Yudenko O.. Pedagogical conditions for uniting sports teams in wartime. Taking into account the results of the analysis of scientific-methodical, special and reference literature (monitoring of Internet resources) it is established, that the issue of development (modeling) of pedagogical conditions