

ра пед. наук : спец. 13.00.08 – теорія і методика професійного освіти / Б.Ф. Курдюков. – Краснодар, 2004. – 36 с.

4. Куц О.С. Інтеграція цінностей фізичної культури у професійній підготовці педагога з фізичного виховання (повідомлення третє) / О.С. Куц, М.О. Третьяков, І. Лапичак // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2003. – № 15. – С. 119–124.

5. Магин В.А. Модернизация системы профессиональной подготовки специалистов по физической культуре и спорту на основе инновационных технологий : автореф. дис. на соискание уч. степени д-ра пед. наук / Владимир Алексеевич Магин. – М., 2006. – 390 с.

6. Можаяев Э.Л. Состав и структура личностного потенциала как результат профессиональной подготовки педагога по физической культуре / Э.Л. Можаяев // Теория и практика физ. культуры. – 2009. – № 10– С. 91–98.

7. Мудрян В.Л. Аналіз організаційно-педагогічних засад професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури / В.Л. Мудрян // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Х., 2009. – № 1. – С. 198–201.

8. Олексик О.Є. Активізація пізнавальної діяльності студентів у процесі загально педагогічної підготовки : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.04 – теорії та методики професійної освіти. – К., 2005. – 22 с.

10. Шиян Б.М. до питань про зміст фізкультурної освіти в Україні (підготовка вчителя сьогодні і завтра) / Б.М. Шиян // Освіта в галузі фізичної культури: стан, проблеми, перспективи : матер. Всеукр. наук. конф., присвяченої 50-річчю ЛДІФК. – Л., 1996. – Ч. 1. – С. 29–33.

Аннотация. Жигадло Г.Б. Проблема профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к организации спортивных игр в педагогической теории и практике.

В статье рассматриваются проблемы профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры к организации спортивных игр.

Ключевые слова: физическая культура, учебный план, профессиональная подготовка, будущий специалист, учитель физической культуры.

Annotation. Zhygadlo G.B. Problems of professional training for future teachers of physical education for the organization of sports games in pedagogical theory and practice.

The article deals with the problems of professional training for future teachers of physical education in the organization of sports games.

Key words: physical education, curriculum, professional training, future specialist.

**Ібраїмова М.В., Ханюкова О.В.
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту**

СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ ТЕНІСИСТІВ 6-7 РОКІВ

У статті відображені результати дослідження особливостей організації та планування техніко-тактичної підготовки юних тенісистів 6-7 років на «червоному» рівні навчання, відповідно до програми Міжнародної федерації тенісу «Теніс для дітей до 10 років». Запропоновані шляхи вирішення цієї

проблеми на підставі застосування спеціальних комплексів вправ для визначення методики «переходу» юних спортсменів на наступний рівень навчання.

Ключові слова: юні тенісисти, «червоний» рівень, техніко-тактична підготовка.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень та публікацій. Поступовий розвиток спорту вищих досягнень характеризується безперервним ростом спортивних результатів, які вимагають все більшої концентрації спортсменів і тренерів на даній діяльності [1, 6]. Все це в повній мірі відноситься і до сучасного тенісу, який відрізняється високою швидкістю, потужністю, варіативністю ударів та переміщень по корту гравцями і різноманітністю їх дій на майданчику [2, 3, 9]. Тому техніко-тактична підготовка юних тенісистів набуває важливості саме на початковому етапі занять, оскільки тут відбувається закладка та формування фундаменту для досягнення високих спортивних результатів у майбутньому. При цьому на перше місце виходить укріплення здоров'я дітей [4, 8, 10]. Техніка тенісу являє собою сукупність великої кількості прийомів, тому вивчення її для дітей найчастіше ставало не цікавим та довготривалим процесом. Необхідно зазначити, що традиційні методи навчання в тенісі були спрямовані виключно на освоєння техніки виконання ударів, завдання юних тенісистів були пов'язані з копіюванням «правильних» рухів. Вивчення тактики ставало в такому випадку складним процесом. У зв'язку з цим, тренери та вчені продовжували пошук ефективних засобів, форм, методів підготовки юних спортсменів [4, 7].

Вагомий вплив для планування техніко-тактичної підготовки набувають зміни правил, які запровадила Міжнародна федерація тенісу з 2012 року для дітей до 10 років, що забороняють використання стандартних м'ячів у змаганнях та передбачають перегляд впровадження професійних систем проведення змагань для юних тенісистів. Також Міжнародною федерацією тенісу розроблена програма «Теніс для дітей до 10 років», яка включає три різнокольорові рівні гри в теніс – «червоний, помаранчевий, зелений» – з використанням міні-тенісного обладнання [4, 10, 11, 12]. У зв'язку зі змінами правил та інтенсифікацією ігрової діяльності тенісистів і виникає необхідність визначити сучасні тенденції техніко-тактичної підготовки юних тенісистів 6-7 років.

Мета дослідження – визначити особливості техніко-тактичної підготовки юних тенісистів 6-7 років.

Завдання дослідження:

1. Здійснити аналіз науково-методичної і спеціальної літератури та визначити сучасні тенденції техніко-тактичної підготовки юних тенісистів 6-7 років;
2. Розкрити особливості техніко-тактичної підготовки на «червоному» рівні навчання тенісу;
3. Визначити методику «переходу» юних тенісистів 6-7 років з «червоного» рівня навчання на «помаранчевий».

Методи й організація дослідження. Для вирішення поставлених завдань були використані такі методи: аналіз та узагальнення науково-методичної і спеціальної літератури; педагогічне спостереження; педагогічне тестування техніко-тактичної підготовленості; методи математичної статистики. Педагогічне тестування техніко-тактичної підготовленості юних тенісистів 6-7 років складалося з двох частин [4]:

Перша частина: подача, прийом подачі та рахунок. Для задачі даного тесту, гравець повинен виграти 1 тай-брейк у гравця «помаранчевого» рівня та самостійно вести рахунок.

Подача. У гравця два м'яча, він подає по діагоналі в «квадрат» подачі. Тренер стоїть обличчям до гравця, як на прийомі. Після подачі розіграш зупиняється (тренер не виконує прийом подачі, розіграшу очка в грі немає). Гравець повинен оголосити рахунок. Потім гравець виконує подачу в інший «квадрат» по діагоналі і т.д.

Прийом подачі. Гравець виконує прийом подачі від тренера. Після прийому гра зупиняється та оголошується рахунок гравцем. Потім гравець виконує прийом подачі в іншому «квадраті» і т.д.

Рахунок. Гравець повинен вміти оголошувати рахунок після розіграшу, займати позицію на подачі та прийомі подачі, знати коли змінювати сторони корту.

Друга частина: «Утримання» м'яча в грі. Для задачі даної частини тесту, гравець повинен вміти утримати м'яч 2 серії по 10 ударів. Для кожного розіграшу надається дві спроби. Гравець вводить м'яч в гру ударом справа в «квадрат» подачі тренер або старший гравець відповідає простими ударами.

Педагогічне дослідження проводилося на базі спортивного клубу „Восход” м. Дніпропетровська у 2013 році. У дослідженні приймали участь юні тенісисти віком 6-7 років, які займалися у групі початкової підготовки на «червоному» рівні навчання.

Результати дослідження. У сучасному тенісі певні погляди на процес навчання були переглянуті у зв'язку з зростаючим темпом та варіативністю гри. На сьогоднішній день можливо адаптувати гру у теніс для дитини вже з перших занять, а не підтягувати його до складних ігрових умов дорослого гравця. Для цього необхідно використовувати спеціальний інвентар: м'які м'ячі, укорочені ракетки, нижчу сітку та корт зменшеного розміру. Зміни умов гри значно прискорюють та спрощують процес навчання техніко-тактичним діям дітей. Вже з перших занять юні тенісисти отримують можливість грати в умовах, які відповідають їх фізичному розвитку, при цьому отримувати задоволення від гри та засвоювати техніко-тактичні дії [4, 5, 13]. Міжнародна федерація тенісу запропонувала програму «Теніс для дітей до 10 років», яка включає три різнокольорові рівні гри в теніс – «червоний, помаранчевий, зелений» – з використанням міні-тенісного обладнання. Таким чином, дана програма охоплює етап початкової підготовки юних тенісистів в Україні [10]. «Червоний» рівень – це перший початковий етап гри в теніс, призначений для дітей у віці з 5 до 6-7 років. Розмір корту складає 11-12 м в довжину і 5-6 м завширшки. Розташування і розміри корту мають велику варіативність на цьому етапі підготовки [4, 10, 12]. «Червоний» рівень навчання передбачає застосування певних м'ячів. Вони призначені для того, щоб у гравців було більше часу для підготовки, кращий контроль і відповідна висота відскоку (не занадто висока). В цьому випадку діти зможуть виконувати подачу та грати з самого початку їх занять тенісом. Для «червоного» рівня в процесі занять рекомендується використовувати як поролонові, так і повстяні м'ячі. Вони більші за розміром, ніж помаранчеві, зелені або стандартні жовті м'ячі та на 75% меншої компресії, ніж звичайні. Також для дітей 6-7 років передбачене використання зменшених за розмірами ракеток. В теперішній час на ракетках є маркування з вказівкою рекомендованого віку і росту дитини. Висота сітки для занять на червоному рівні натянута на висоті 80 см [4, 10, 11, 14]. При плануванні тренувального процесу юних тенісистів фахівцям необхідно керуватися вирішенням певних положень: сприяти отриманню спортсменом задоволення від гри; гра на рахунок та змагання

повинні доповнювати тренувальний процес; розвиток базових навичок та фізичних якостей переважно із застосуванням ігрового методу; надавати усім гравцям однакових шансів, шляхом диференціювання завдань, які б дозволяли юним тенісистам підвищувати власний рівень підготовленості; зміст заняття повинен відповідати можливостям юних спортсменів та плануватися згідно з сенситивними періодами розвитку фізичних якостей [5, 12]. Основна мета цього періоду підготовки – навчити юних тенісистів грати: подавати, перебивати м'яч через сітку та грати на рахунок;

Теніс характеризується певними ігровими ситуаціями та тактичними принципами, тому техніко-тактична діяльність тенісистів – це вирішення оперативних задач, які виникають в процесі протидії з суперником. При цьому важливого значення набуває вміння приймати рішення, які б дозволили найбільш раціонально застосовувати доступну тенісистам сукупність дій [1, 6]. Тактичні принципи: утримання м'яча в грі; заставити суперника рухатися; зберегти власну вигідну позицію на корті; використання власної сильної сторони; використання слабкої сторони суперника [5]. Ігрові ситуації: подача (зверху); прийом подачі; два гравці на задній лінії; вихід до сітки або гра біля сітки; суперник виходить до сітки. Вже на «червоному» рівні юні тенісисти спроможні виконувати введення м'яча в гру, прийом подачі та «утримання» м'яча в грі, коли два гравці на задній лінії, вчать займати найбільш вигідну позицію на корті, приймати рішення в процесі гри та заставляють рухатися суперника.

У тренувальному процесі тенісистів для вирішення техніко-тактичних завдань можна виділити декілька підходів, які відрізняються різним ступенем відповідальності гравця та тренера: директивний підхід; «відкритий», який сконцентрований навколо гравця та ігровий підхід [4, 5, 12, 14].

Директивний підхід рекомендується застосовувати в окремих випадках, коли вплив на гравця не можливий без конкретних вказівок тренера. Використання «відкритого» та ігрового підходу в теперішній час є найсучаснішою концепцією у тренерській практиці для стимулювання процесу навчання техніко-тактичним діям гравців різної кваліфікації та різного рівня підготовленості. Дані підходи дозволяють тренеру вирішити наступні задачі:

- вивчення та вдосконалення техніко-тактичних основ гри;
- вдосконалення тактичного мислення;
- пошук юним тенісистом власного стилю гри засобами цікавих завдань;
- самостійно приймати рішення на корті в різноманітних ігрових ситуаціях.

При плануванні техніко-тактичної підготовки тренеру необхідно керуватися певною послідовністю: від створення «закритої» ігрової ситуації до «відкритої». «Закрита» ігрова ситуація передбачає вирішення конкретної задачі в умовах, що не змінюються та не потребує від гравця прийняття рішення для досягнення кінцевої мети. «Відкрита» ігрова ситуація дозволяє вирішити задачі в умовах, що змінюються, шляхом прийняття спортсменом власного рішення. Крім того певні ситуації можуть бути напіввідкриті та напівзакриті, відповідно до поставлених задач на тренування [5].

З урахування вищевказаних особливостей планування та організації техніко-тактичної підготовки юних тенісистів 6-7 років, нами були розроблені комплекси вправ для застосування на «червоному» рівні тенісу. Вони

були спрямовані на: розвиток тенісного «почуття м'яча»; навчання вихідних позицій; вивчення та засвоєння тенісних пересувань, точки удару та ударів справа, зліва; ударів справа, зліва із застосуванням власного сильного удару; а також комплекси вправ на подачу та прийом подачі [4]. Усі комплекси вправи планувалися так, щоб кожний з них передбачав застосування «відкритого» та ігрового підходу навчання та прослідковувалася тенденція від «закритої» до «відкритої» ігрової ситуації, що сприяло вивченню та закріпленню технічних елементів гри та розвитку тактичного мислення юних тенісистів. Для визначення методики переходу юних тенісистів віком 6-7 років на наступний «помаранчевий» рівень навчання, нами було проведено педагогічне тестування. Для вирішення даного завдання були передбачені спеціальні тести, які склалися з двох частин. Перша частина передбачала подачу, прийом подачі та ведення рахунку. Юному тенісисту «червоного» рівня необхідно було виграти 1 тай-брейк до 10 очок у гравця «помаранчевого» рівня. Друга частина складалася з «утримання» м'яча в грі. Для здачі даної частини тесту, гравець повинен був вміти утримати м'яч 2 серії по 10 ударів. Для кожного розіграшу надавалося дві спроби. Результати тестування представлені в таблиці 1.

Таблиця 1.

Контрольне тестування техніко-тактичної підготовленості юних тенісистів 6-7 років

Контрольні тести	Показники (n=14)		
	\bar{x}	$\pm S$	V %
Подача (тай-брейк рахунок)	10/6	0,26	4,33
Прийом подачі (тай-брейк рахунок)	10/4	0,49	12,25
«Утримання» м'яча в грі (к-ть ударів)	12	0,92	7,66
«Утримання» м'яча в грі (к-ть серій)	3	0,22	7,33

Аналіз отриманих результатів свідчить про високий рівень готовності юних тенісистів для переходу на «помаранчевий» рівень навчання, оскільки тести усіма досліджуваними були складені успішно та розмах показників за виконаним нами коефіцієнтом варіації в середньому склав 7,89%. Необхідно зазначити, що ведення рахунку юні тенісисти виконували впевнено та чітко. Також маємо зазначити, що для дітей віком 6-7 років, були проведені змагання у новій формі – формі «міні-фестивалю» з тенісу, в якому прийняли участь юні тенісисти, що займаються на «червоному» рівні навчання. Як відомо, успішність змагальної діяльності дітей віком до 10 років визначається не лише перемогою в певному змаганні, а й співвідношенням виграних та програних матчів юними тенісистами. На рисунку 1 відображено результати проведеного змагання за формою міні-фестивалю з тенісу. Важливо відмітити, що на фестивалі кількість зустрічей була дуже великою, в середньому 8 матчів.

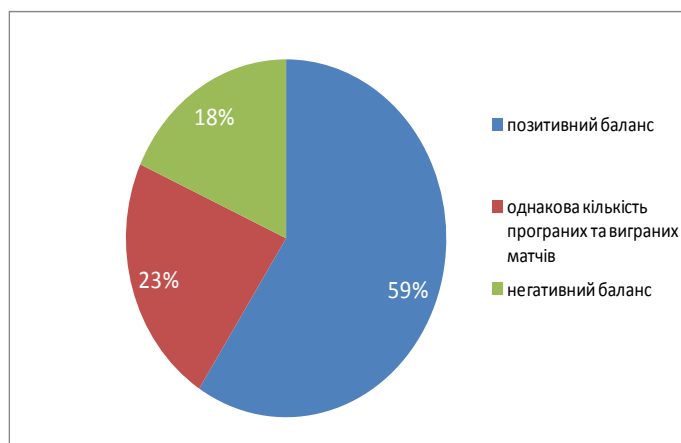


Рис. 1. Показники результатів виступів юних тенісистів на міні-фестивалі з тенісу

Отримані нами результати свідчать, що близько 59% гравців мають позитивне співвідношення перемог, щодо програвів, 23% – виграли та програли однакову кількість зустрічей і лише 18% юних спортсменів програли більше матчів, ніж виграли

ВИСНОВКИ. Аналіз та узагальнення науково-методичної і спеціальної літератури вказує на те, що техніко-тактична підготовка юних тенісистів набуває все більшого значення вже на початковому етапі занять, оскільки відбувається закладка та формування фундаменту для досягнення високих спортивних результатів у майбутньому. Спостерігаються тенденції до ранньої спеціалізації спортсменів.

1. Міжнародна федерація тенісу з 2012 року для дітей до 10 років запровадила зміни правил, що забороняють використання стандартних м'ячів у змаганнях та передбачають перегляд впровадження професійних систем проведення змагань для юних тенісистів, що не може не впливати на планування та організацію техніко-тактичної підготовки юних тенісистів.

2. Програма Міжнародної федерації тенісу «Теніс для дітей до 10 років» та розроблені нами комплекси вправ сприяють організації і проведенню цікавих та різноманітних тренувань та змагань, що спрощує освоєння і закріплення техніко-тактичних дій юними тенісистами 6-7 років.

3. Результати дослідження свідчать, що розроблені ефективні комплекси вправ для техніко-тактичної підготовки юних тенісистів та методика «переходу» гравців 6-7 років з «червоного» на «помаранчевий» рівень навчання у сучасному тенісі.

ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ мають бути спрямовані у визначенні особливостей техніко-тактичної підготовки юних тенісистів 8-9 років на «помаранчевому» рівні та перевірки готовності переходу юних тенісистів на «зелений» рівень навчання.

ЛІТЕРАТУРА

1. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта /Л.В.Волков. - К.: Олімпійська література, 2002. – 296 с.
2. Голенко В.А. Академия тенниса /В.А. Голенко, А.П. Скородумова, Ш.А.Тарпищев. - М.: Дедалус, 2002. – 240 с.
3. Иванова Т.С. Организационно-методические основы подготовки юных теннисистов: учебное пособие /Т.С.Иванова. – М.:Физическая культура, 2007. – 128 с.
4. Ібраїмова М.В. Сучасна школа тенісу: початкова підготовка: навчальний посібник [для студентів вищих навчальних закладів фізичної культури і спорту] / М.В. Ібраїмова, О.В. Ханюкова, Л.В. Поліщук. – К: Експрес, 2013. – 204 с.
5. Креспо М. Подготовка юных теннисистов: учебно-методическое пособие для тренеров / М. Креспо, М. Рейд. – Валенсия: изд-во МФТ, 2013. – 320 с.
6. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения /В.Н.Платонов. - К.: Олімпійська література, 2004. – 808 с.
7. Сав С. Теннис: техника и тактические приемы. 186 упражнений /С. Сав; Пер. С франц. Е.Исаковой. – Ростов н/Д: Феникс, 2007. – 368 с.
8. Синглтон С. Искусство игры в теннис /С.Синглтон. - М.: АСТ: Астрель, 2004. – 303 с.

9. Тарпищев Ш.А. Особенности подготовки юных теннисистов. /Ш.А.Тарпищев, Губа В.П., В..А.Самойлов. - М.: Физкультура и спорт, 2006. – 192 с.

10. Теніс: Навчальна програма для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю /М.В. Ібраїмова. - К.: РНМК, 2012. – 158 с.

Аннотация. Ибраимова М.В., Ханюкова О.В. Современные тенденции технико-тактической подготовки юных теннисистов 6-7 лет.

В статье отображены результаты исследования особенностей организации и планирования технико-тактической подготовки юных теннисистов 6-7 лет на «красном» уровне обучения, соответственно программе Международной федерации тенниса «Теннис для детей до 10 лет». Предложены пути решения этой проблемы на основе применения специальных комплексов упражнений для определения методики «перехода» юных спортсменов на следующий уровень обучения.

Ключевые слова: юные теннисисты, «красный» уровень, технико-тактическая подготовка.

Annotation. Ibraimova M.V., Khaniukova O.V. Recent trends of technical and tactical preparedness of young tennis players of 6 and 7 years.

The article displays the results of research of the peculiarities of organization and planning of technical and tactical preparedness of young tennis players of 6-7 years at the "red" level of training, according to the program of the International Tennis Federation "Tennis 10's." The ways of solving this problem through the use of special sets of exercises to determine the methodology of the "transition" of young athletes to the next level of training.

Key words: young tennis players, «red» level, technical and tactical preparedness.

Колумбет О.М.

Чернігівський національний педагогічний університет імені Т.Г.Шевченка

МЕТОДИКА ВДОСКОНАЛЕННЯ ПРОФЕСІЙНО ЗНАЧУЩИХ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ У СТУДЕНТОК НА ЗАНЯТТЯХ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Стаття присвячена запровадженню методики вдосконалення професійно значущих координаційних здібностей у студенток на заняттях з фізичного виховання.

Ключові слова: координаційні здібності.

Постановка проблеми. Проблемам стану здоров'я сучасної молоді в Україні, включаючи ВНЗ, присвячений дуже значний масив наукових, науково-практичних і методологічних досліджень, що цілком обгрунтовано: стан здоров'я хлопців та дівчат, їх недостатня загальнофізична підготовка, низька рухова активність викликають серйозні занепокоєння фахівців.

Як показала оцінка стану здоров'я студенток 1-4 курсів педагогічних ВНЗ за їх медичними картами, близько 40 % студенток мають різні хронічні захворювання. З 2300 студенток, чиї медичні карти були нами вивчені, 784 особи займаються у спеціальних медичних групах. Із загального числа обстежених 12% складають студентки, звільнені від практичних занять з фізичного виховання за станом здоров'я. В цілому результати аналізу медичних