

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ



ЗБІРКА МАТЕРІАЛІВ МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-ПРАТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ «СТУДЕНТСЬКА НАУКА В СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ: СУЧАСНІ ТРЕНДИ»



присвячені 90-річчю
Національного університету
фізичного виховання і спорту України

03 квітня 2020 року

КИЇВ, Україна

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ



Міністерство освіти і
науки України

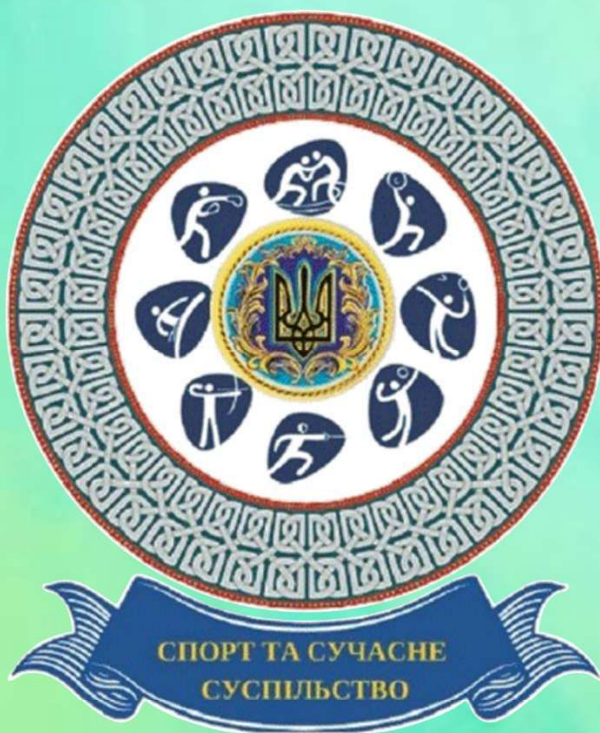


Національний
університет фізичного
виховання і спорту
України



Спортивний комітет
України

«СПОРТ ТА СУЧАСНЕ СУСПІЛЬСТВО»



**ЧАСТИНА І:
XIII МІЖНАРОДНА СТУДЕНТСЬКА КОНФЕРЕНЦІЯ
03 квітня 2020 року**

КИЇВ, Україна

«Спорт та сучасне суспільство» : Матеріали XIII Міжнародної студентської конференції [Збірка матеріалів Комплексних міжнародних заходів «Студентська наука в сфері фізичної культури і спорту: сучасні тренди», присвячених 90-річчю Національного університету фізичного виховання і спорту України]. Київ: Національний університет фізичного виховання і спорту України [електронний ресурс]. 03 квітня 2020. Частина I. 260 с.

Редакційна колегія:

- Борисова О.В.** проректор з науково-педагогічної роботи; д. фіз. вих., професор кафедри професійного, неолімпійського та адаптивного спорту НУФВСУ
- Гончаренко Є.В.** к.фіз.вих., декан тренерського факультету, доцент кафедри професійного, неолімпійського та адаптивного спорту НУФВСУ; декан тренерського факультету
- Когут І.О.** голова Вченої Ради Науково-дослідного інституту НУФВСУ; д. фіз. вих., професор кафедри професійного, неолімпійського та адаптивного спорту НУФВСУ
- Матвеев С.Ф.** завідувач кафедри професійного, неолімпійського та адаптивного спорту НУФВСУ
- Нагорна В.О.** к. фіз. вих. і спорту, доцент кафедри спортивних ігор НУФВСУ
- Юденко О.В.** головний редактор збірника студентських наукових робіт; доцент кафедри професійного, неолімпійського та адаптивного спорту НУФВСУ, канд.пед.наук, заст. Завідувача кафедри з наукової роботи

Збірка містить наукові праці, що присвячені висвітленню різних історичних, організаційно-управлінських, правових та економічних аспектів та засад розвитку фізичної культури і спорту; актуальних проблем підготовки спортсменів; теоретико-прикладним питанням реалізації олімпійська освіти.

Наукові статті збірки представляють інтерес для студентів, викладачів та фахівців, професійна діяльність яких відповідає шифрам спеціальностей 017 «Фізична культура і спорт» та 227 «Фізична терапія, ерготерапія».

Проблема наявності кваліфікованих тренерів-менеджерів	<i>І.В. Грищенко, М.М. Приймак</i>	189
Формування мотивації у спортсменів до занять фехтуванням на початковому рівні	<i>О.Д. Джорджевич В.В. Чухловіна</i>	192
Сучасний стан питання оцінки когнітивних здібностей спортсменів у спортивних хединоборствах	<i>О.Л. Довганінець, І.М. Кірна, Г.Г. Саава, Г.В. Коробейніков</i>	197
Підвищення аеробних можливостей кваліфікованих бігунів на середні дистанції в річному циклі підготовки	<i>Н.М. Крушинська, Я.Б. Тютюник</i>	202
Особливості психофізичної підготовленості спортсменів 8-10 років до змагань з фігурного катання на ковзанах	<i>Н.В. Куценко, В.А. Савенков</i>	207
Спортивні танці як сфера спорту та мистецтва	<i>А.Р. Лавров, І.В. Фольварочний</i>	211
Захоплення та спортивні потреби молодших школярів як інформаційна основа для формування мотивації до занять баскетболом	<i>Н.В. Лісничка, Я.В. Чепель, С.Є. Шутова</i>	214
Кіберспорт: стороннє програмне забезпечення в онлайн іграх та боротьба з ним	<i>І.А. Лут; Ю.О. Юхно</i>	219
Вікова динаміка відбору і орієнтації в плаванні	<i>Є.І. Пастухов, Ю.Г. Шульженко, Є.А. Пінчук</i>	223
Перетренованість у фігурному катанні	<i>А.В. Петронюк, Л.О. Драгунов</i>	227
Адаптивна фізична культура як один з найбільш дієвих засобів реабілітації військовослужбовців з інвалідністю	<i>К.Ю. Пироженко, І.О. Козут</i>	229
Критерії оцінки координаційних здібностей у кваліфікованих волейболісток	<i>В.П. Полушкіна, О.Л. Шльонська</i>	234
Особливості використання методу колового тренування на етапі початкової підготовки в тенісі у дитячо-юнацькій спортивній школі	<i>В. Сасенко, В. Філінська, Г.В. Петренко</i>	239
Секція 3. Олімпійська освіта:		243
теоретико-прикладні питання реалізації		
Адаптивні реакції вегетативної нервної системи у вивсококваліфікованих спортсменів, займаючихся вольною боротьбою	<i>М.Б. Бауржан, К.Б. Абзалиєв, С.Ф. Беркинбаєв, Ж.М. Андасова, Б.Т. Мухамадієв</i>	244
Роль тренера в психологічній підготовці у позашкільній роботі з фізичної культури і спорту	<i>Ю.В. Жигайлова, Т.Л. Полулященко</i>	247
Формування в старших дошкільників здорововго способу життя засобом українських народних ігор	<i>Т.Г. Пустинник</i>	254

6. Платонов В.Н. Периодизация спортивной подготовки. Общая теория и ее практические применения / В.Н. Платонов. К.: Олимпийская литература, 2013. 624 с.
7. Остапенко Ю.О. Комплексний контроль розвитку координаційних здібностей студентів Української академії банківської справи / Ю.О. Остапенко Українська академія банківської справи Національного банку України (м. Суми), 2012
8. Фурманов А.Г. Подготовка волейболистов / А.Г. Фурманов. Минск, 2009. 138 с.

ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ МЕТОДУ КОЛОВОГО ТРЕНУВАННЯ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ В ТЕНІСІ У ДИТЯЧО-ЮНАЦЬКІЙ СПОРТИВНІЙ ШКОЛІ

В. Саєнко, В. Філінська, Г.В. Петренко
Національний університет фізичного виховання і спорту України;
м. Київ, Україна

Актуальність. У спортивній підготовці, на початковому етапі, найважливішими завданнями є розвиток фізичних якостей вихованців, формування технічних умінь та навичок. Тому тренер-викладач повинен у своїй роботі застосовувати форми та методи, які б давали змогу поєднувати різні види підготовки.

Навчаючи юних тенісистів будь-якому технічному елементу, одночасно розвивати фізичні якості. І, навпаки, розвиваючи фізичні здібності тренер створює необхідну базу для освоєння руховими уміннями та навичками. Але навчання технічним прийомам в тенісі ускладнюється специфікою виду спорту – заняття на корті, зазвичай, будуються в стандартній формі, а саме в почерговому виконанні технічних прийомів і дій.

Такий метод не дає можливість задіяти всіх дітей одночасно: вихованці чекають свою чергу для виконання вправи.

Застосування колового методу тренування та раціональний підбір вправ на «станціях» (не тільки для розвитку фізичних якостей, а й для навчання

техніці) дасть змогу ефективно організувати та максимально задіяти дітей під час навчально-тренувального заняття [2].

У зв'язку з цим розробка й обґрунтування колового методу тренування юних тенісистів на основі варіативного використання інвентарю на станціях є вельми актуальною.

Мета дослідження: обґрунтувати організаційно-методичні засади колового тренування та експериментально перевірити його ефективність в умовах дитячо-юнацької спортивної школи на початковому етапі.

Завдання дослідження: 1) Проаналізувати навчально-методичну літературу стосовно застосування методу колового тренування у навчально-тренувальному процесі в дитячо-юнацькій спортивній школі; 2) Дослідити особливості застосування методики колового тренування для фізичної та техніко-тактичної підготовки юних тенісистів на початковому етапі в ДЮСШ.

Методи та організація дослідження: аналіз і узагальнення літературних джерел, спостереження, опитування.

Результати дослідження та їх обговорення. Колове тренування, як інтегральна форма фізичної підготовки, привчає юних тенісистів до самостійного мислення під час занять, виробляє алгоритм заздалегідь запланованих рухових дій, виховує зібраність і організованість при виконанні вправ. Істотним є і те, що колове тренування забезпечує індивідуальний підхід до кожного вихованця, дозволяє гранично ефективно використовувати час [1].

Виконання вправ по коловому методу тренування передбачає потокове виконання спеціально підібраних вправ. Але повинна бути розроблена чітка методика виконання вправ. Призначення вправ теж строго визначено – для комплексного розвитку рухових якостей. Тому колове тренування являє собою організаційно-методичну форму занять фізичними вправами, спрямованими в основному на комплексний розвиток рухових якостей. Одна з найважливіших особливостей цієї форми занять – чітке нормування фізичного навантаження і в той же час суворі індивідуалізація [3]. Виконують весь комплекс (проходять одне коло) за строго обумовлений час, повторюючи кожну вправу в

індивідуальному для кожного дозуванні. Послідовність проходження станцій встановлюється по колу, прямокутнику або квадрату, у залежності від того, як більш раціонально використовувати площу корту та обладнання. Потрібно намагатися використовувати всі снаряди і підручний інвентар, який є на корті.

Приклад застосування колового методу тренування в основній частині навчально-тренувального заняття для розвитку фізичних якостей та технічних прийомів з дітьми групи початкової підготовки другого року навчання (м'ячі червоні або помаранчеві).

1 «станція» – діти, які збирають м'ячі. Обладнання та інвентар: труба для збирання м'ячів – 2 шт. Програмне завдання – удосконалювати координаційні здібності, спритність (гра «Хто швидше збере м'ячі», зібрані м'ячі діти відносять у корзину).

2 «станція» – відпрацювання подачі; Обладнання та інвентар: корзина з м'ячами, мішені – 8 шт. Програмне завдання – навчати пласкій подачі.

3 «станція» – тренер накидає м'ячі з корзини для ударів по лінії та діагоналі; Обладнання та інвентар: корзина з м'ячами. Програмне завдання – техніко-тактична підготовка: удосконалювати техніку ударів по лінії та по діагоналі.

4 «станція» – робота ніг (оббігання конусів, вправи на драбинці та шестикутнику); Обладнання та інвентар: драбинка – 1 шт., конуси – 2 шт., шестикутник – 1 шт. Програмне завдання – удосконалювати координаційні здібності, швидкісні та швидкісно-силові якості.

5 станція – вправи з фідболом; Обладнання та інвентар: фідбол – 2 шт. Програмне завдання – удосконалювати силові здібності, гнучкість.

6 станція – (за наявності тенісної стінки) гра з льоту. Обладнання та інвентар: тенісна стінка з мішенями – 1 шт. Програмне завдання – удосконалювати гру з льоту.

Висновки: 1) Аналіз і узагальнення науково-методичної літератури показав, що в останні роки коловому методу тренування, у зв'язку з його ефективністю, приділяється велика увага фахівців у галузі фізичної культури і

спорту; 2) Коловий метод тренування є однією з ефективних організаційно-методичних форм застосування фізичних вправ, дає можливість створити кращі умови як для комплексного розвитку фізичних здібностей, так навчання технічним прийомам вихованців, підвищуючи моторну щільність занять.

Література:

1. Зациорский ВМ Физические качества спортсмена: основы теории, методики воспитания. Москва: Физкультура и спорт; 2009. 200 с.
2. Petrenko H. The innovative trends in the methodology of physical education of children in the age of 5-6. *Journal of Education, Health and Sport.* 2015;5(10):306-17.
3. Круцевич Т.Ю., Теорія і методика фізичного виховання: підр. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. Т. 1. Київ: Олімпійська літ.; 2017. 384 с.