

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Національний університет кораблебудування
імені адмірала Макарова
Klaipėda University
Lithuanian Olympic Academy
Gdansk University of Physical Education and Sport
German Sport University Cologne
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Львівський державний університет фізичної культури
імені Івана Боберського

**РОЗВИТОК ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ:
НОВІТНІ ВИКЛИКИ, ПРОБЛЕМИ ТА
ПЕРСПЕКТИВИ**

Матеріали
Міжнародна онлайн-конференція студентів, аспірантів і молодих
вчених

м. Миколаїв
28-29 жовтня 2022 року

УДК 796:37.091.12:005.745"2022"

Р 64

Розвиток фізичної культури та спорту: новітні виклики, проблеми та перспективи: матеріали Міжнародної онлайн-конференції студентів, аспірантів і молодих вчених, 28 жовтня 2022 року. Миколаїв: НУК імені адмірала Макарова, 2022. 238 с.

У збірнику представлено тези за напрямками роботи конференції: олімпійський рух: спадщина, інновації та перспективи; олімпійський і професійний спорт: актуальні проблеми, перспективи розвитку та взаємодії; фізична активність та фізичне виховання населення різних вікових груп; організаційно-правові, соціально-економічні та культурологічні аспекти розвитку сучасного спорту.

Редакційна колегія:

Адаменко О. О., канд. пед. наук, доцент кафедри ТООПС
Бірюк С. В., канд. наук з фіз. вих. та спорту, доцент кафедри ТООПС
Деркач В. М., канд. наук з фіз. вих. та спорту, доцент кафедри ФВС
Марцінковський І. Б., канд. мед. наук, доцент кафедри ТООПС
Сокол О. В., доцент кафедри ФВС
Савіна О. Ю., канд. техн. наук, доцент кафедри ФВС
Челушкіна М. В., провідний фахівець кафедри ТООПС

Головний редактор:

Кувалдіна О. В., канд. наук з фіз. вих. та спорту, доцент, завідувач кафедри ТООПС

Матеріали надруковані в авторській редакції. За зміст матеріалів і достовірність наведених даних несуть відповідальність автори публікації та їх наукові керівники.

основні механізми координації рухів і вегетативних функцій, час тактильно-кінестетического пізнання складає 20 секунд. Важливого значення у формуванні психомоторних якостей дитини набувають зв'язання і передбачення [2, 3, 5], саме з цим пов'язано поліпшення здатності до виконання рухів на основі їх імітації за дорослими (саме тому тренер повинен вміти правильно виконувати кожен дію, це визначатиме процес якості навчання, а також формування авторитету самого тренера; діти сприймають як приклад та сигнал до дії). Основним джерелом інформації для юних спортсменів стає кінестетичне відчуття.

Висновки. Тенденція до раннього початку занять спортом, в тому числі і футболом, вимагає більш детального вивчення питання анатомо-фізіологічних особливостей дітей та урахування цих особливостей в процесі побудови спортивної підготовки. Дошкільний період для дітей віком 4-5 років є сприятливим для розучування нових рухів, зокрема вивченню технічних елементів гри у футбол. За рахунок системності та варіативності в тренувальному процесі відбувається гармонійний розвиток фізичного стану, що позитивно впливає на зростання кожного індивіда.

Список літератури

1. Дегтяренко Т. В., Ковиліна В. Г. Психофізіологія раннього онтогенезу / Одеса : ПНПУ імені К. Д. Ушинського, 2011. – 354 с.
2. Смирнов В.М. Нейрофізіологія и высшая нервная деятельность детей и подростков. М., 2000. 400 с.
3. Тарасун В.В. Психолого-педагогічна діагностика дитини переддошкільного віку. Ж. Імідж сучасного педагога №6-7 (95-96), 2009. С. 5–8.
4. Черенкова Л.В., Краснощекова И.И., Соколова Л.В. Психофізіологія в схемах и комментариях (под.ред. акад. РАО А.С.Бутуева). – СПб: Питер. – 2006.
5. Улан А. М., Кос Р. С., Іваненко О. М. Age features of football players' sports career in various game specializations // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені МП Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). – 2020. – №. 5 (125). – С. 151-155. DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2020.5(125).30
6. Шульговский В.В. Физиология высшей нервной деятельности с основами нейробиологии: Учебник. Издательство: Academia, 2008. 528 с.

ТЕХНІКО-ТАКТИЧНА ПІДГОТОВКА ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ З ГРЕКО-РИМСЬКОЇ БОРОТЬБИ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ

Курочкін І. Г., Яцунський О. С.

Національний університет кораблебудування імені адмірала Макарова
Миколаїв, Україна

Центральне завдання у техніко-тактичній підготовці спортсменів – сформувати такі навички виконання змагальних дій, які дозволили б спортсмену з

найбільшою ефективністю використовувати його можливості в змаганнях, та забезпечити неухильне вдосконалення спортивної майстерності в процесі багаторічних занять спортом.

В процесі тренувальної роботи зі спортсменами з греко-римської боротьби, тренер повинен мати засоби виховання таких якостей, як працелюбність, цілеспрямованість, ініціативність, сміливість, рішучість і наполегливість. У процесі роботи з юними спортсменами повинні бути вирішені техніко-тактичні завдання, які вимагають від них свідомої дисципліни, дотримання режиму роботи, тренувань, навчання і відпочинку, виконання гігієнічних вимог.

В основі формування високої спортивної майстерності лежить правильне навчання техніки та тактики з греко-римської боротьби. Формування спортивної майстерності в основному залежить від оволодіння тактикою ведення боротьби і точністю засвоєння навичок виконання технічних прийомів.

Етап попередньої базової підготовки ставить перед спортсменом завдання покращення фізичних кондицій та формування рухового потенціалу з метою успішного засвоєння широкого комплексу прийомів та технічних дій. Важливо на цьому етапі сформуванню у юних спортсменів стійку мотивацію до цілеспрямованої багаторічної підготовки.

Проблемам техніко-тактичної підготовки спортсменів з греко-римської боротьби присвячено низку досліджень провідних фахівців, а саме: Аліханова І. [1], Греховодова В. [2], Кожарського В. [3], Ляпіна В. [4], Павлова А. [5], Самвеляна Л. [6], Туманяна Г. [7] та ін. Більшість досліджень спрямовано на виявлення закономірностей розвитку техніко-тактичної підготовки та умов успішних виступів провідних спортсменів. Значна частина досліджень спрямована на пошук шляхів вдосконалення методики техніко-тактичної підготовки молодих спортсменів.

Актуальність роботи полягає в тому, що застосування техніко-тактичних дій у змагальній діяльності юних спортсменів з греко-римської боротьби багато в чому визначається рівнем наукової обґрунтованості методики техніко-тактичної підготовки. Розробка даної методики неможлива без знань характеру розвитку основних фізичних якостей залежно від багатьох факторів, але особливо від рухової активності юних спортсменів.

Мета дослідження – здійснити науково-теоретичне обґрунтування методики техніко-тактичної підготовки юних спортсменів з греко-римської боротьби на етапі попередньої базової підготовки та перевірити її ефективність в процесі змагальної діяльності.

Для оцінки ефективності нашої методики техніко-тактичної підготовки ми проконтролювали виконання юними борцями п'яти тактичних дій, яким приділялося більше часу у тренувальному процесі.

Ми проаналізували змагання, проведенні у м. Миколаїв у 2021 році. У ньому приймали участь спортсмени, які раніше не брали участь у великих змаганнях та не займали призові місця.

У період змагань кожен спортсмен провів 4 сутички, з яких 3 виграв та 1 програв. В підсумку команда зайняла 2-е місце.

У таблиці 3.1 представлені результати змагальної діяльності спортсменів. Дана таблиця дає можливість простежити, як виконувались завдання, дані перед змаганнями. Було взято два критерії оцінки атакуючих та тактичних дій.

1. Почата та доведена спроба.
2. Почата та не доведена спроба.

Таблиця 3.1

Результати змагальної діяльності спортсменів

Атакуючі дії	Сутичка №1	Сутичка №2	Сутичка №3	Сутичка №4
Почата та доведена спроба	16	20	19	8
Почата та не доведена спроба	15	22	14	11

З їхньою допомогою ми можемо оцінити та охарактеризувати тактичну активність кожної сутички.

У першій сутичці ми бачимо, що розпочаті та доведених спроб 16, а не доведених – 15. Це говорить про те, що спортсмени виявили цілеспрямованість та завзятість для досягнення перемоги і при цьому показали хорошу тактичну підготовку. Це проявлялося у застосуванні ними усіх технічних прийомів, що розучуються під час тренування.

У другій сутичці, активність борців збільшується. Це сталося ще й тому, що противник був значно гірше підготовлений. Ми бачимо, що на відміну від першої сутички, тут доведених спроб 20, а не доведених 22.

У третій сутичці активність знижується, але складність вища, ніж у двох попередніх, 19 доведених та 14 не доведених.

Четверта сутичка була фінальною, і тут зіграла роль психологічна сторона сутички. Суперники повинні примірятися один до одного і лише у другій половині бою вони перейшли до активної боротьби, звідси і мала кількість активних тактичних дій. Доведених 8, а не доведених 11.

Розглядаючи таблицю 3.2, у якій показана змагальна діяльність однієї суточки.

Таблиця 3.2

Результати змагальної діяльності першої сутички

Атакуючі дії	Кидки через стегно	Кидки через спину	Кидки за руку	Кидки прогином	«Вертушка»	
Почата і не доведена спроба	+++++	-++---	+++	-+++	++	15
Почата і доведена спроба	++++-	++---	++++++	+++--	+-	16

Тут ми бачимо, що з 5 прийомів, які були дані у завданні, розпочаті були всі, з цього можна зробити висновок, що спортсмени правильно зрозуміли завдання та намагались виконати те, що готували на тренуваннях. Ще це можна пояснити тим, що суперник був підготовлений трохи гірше, у цьому виявилось і те, що спортсмен за незначний час може оцінити підготовку противника, використовуючи при цьому тактичну розвідку, котра, як на навчаннях тактичним діям, також була присутня в процесі навчання.

В таблиці 3.2 включено 2 розділи.

–Перший розділ – атакуючі дії, це техніко-тактичні дії, які були дані у завданні, їх 5. Ми обмежились ними через те, що спортсмени ще не мають досвіду і, визначивши їм конкретні прийоми для ведення боротьби, ми дамо їм можливість зосередитися і не виконувати непотрібні прийоми.

–Другий розділ включає у себе дві оціночні графи:

1) почата та не доведена спроба, тут ми оцінюємо активність і правильність прийому;

2) почата і доведена спроба. Тут оцінюється правильне і швидке виконання прийому до кінця.

Плюсами та мінусами позначається виконання спроби. З таблиці видно: спроба розпочати дію та довести її до кінця 16 позитивних результатів, з чого випливає, що спортсмени виконували 16 прийомів та зробили 15 спроб вдало розпочати прийом.

У таблиці 3.3 показана активність у другій сутичці. Ми бачимо, що кількість розпочатих спроб зросла, спортсмени намагаються не просто виграти сутичку, а показати свою різнобічну підготовку.

Це є результатом методики навчання, оскільки на тренуваннях було вивчено і закріплено такі тактичні ведення боротьби, як активний напад.

Таблиця 3.3

Результати змагальної діяльності другої сутички

Атакуючі дії	Кидки через стегно	Кидки через спину	Кидки за руку	Кидки прогином	«Вертушка»	
Почата і не доведена спроба	+++++	--+++	++++	-++	+-	22
Почата і доведена спроба	+++--	+--	+++	-+++-	+++	20

Таблиця 3.3, як і попередня, описує 5 атакуючих дій. Щоб оцінити їх, ми позначили дві категорії. Розпочата та доведена спроба, в якій плюсами та мінусами позначається виконання спроби. За результатом цієї таблиці можна побачити, що доведених спроб – 20, отже, він виконав 20 прийомів, які були оцінені в балах, з яких склалась перемога у сутичці. Плюсами зазначено те, що прийом був виконаний повністю, у повній координації та був оцінений тією кількістю балів, які максимально можливі за даний прийом.

Мінуси говорять про те, що прийом виконаний не зовсім чисто та оцінка у балах дещо знижена. Так з таблиці 3.3 ми бачимо, що спортсмени чисто виконали один кидок через спину, три кидки через стегно, три кидки прогином, дві вертушки.

Таблиця 3.4 показує активність в 3 сутичці. Активність тут у порівнянні з першою та другою – висока, компенсована складністю виконуваних прийомів. Цей бій був виграний достроково, чистим кидком.

Таблиця 3.4

Результати змагальної діяльності третьої сутички

Атакуючі дії	Кидки через стегно	Кидки через спину	Кидки через руку	Кидки прогином	«Вертушка»	
Почата і не доведена спроба	++	++-	++++	++-	+-	14
Почата і доведена спроба	+++--	+++--	+++	---	++	19

Також можна побачити, що спортсмени чисто виконали по три кидки через спину, по три кидки за руку, по дві вертушки, що й призвело до їхньої перемоги.

Таблиця 3.5 показує тактичну активність у четвертій сутичці. Ця сутичка була фінальною, що вплинуло на активність спортсменів, так як противник був відміно підготовлений і мав значний досвід. Але дивлячи на таблицю 3.5, ми бачимо, що

спроби почати прийом також присутні і це є наслідком тактичного ведення сутички, що називається активною обороною.

Таблиця 3.5

Результати змагальної діяльності четвертої сутички

Атакуючі дії	Кидки через стегно	Кидки через спину	Кидки за руку	Кидки прогином	«Вертушка»	
Початок і не доведена спроба	--+	+ -	+ -	-	+ - -	11
Початок і доведена спроба	-+	+ -		+ -	+ -	8

Незважаючи на психологічну та фізичну втому, спортсмени намагалися виконати установку.

Чисто виконати по одному кидку через стегно, по одному кидку через спину. І взагалі були налаштовані на перемогу. Також у сутичці вони намагалися зробити складні технічні дії, такі як «вертушка».

Даний аналіз змагальної діяльності дає можливість стверджувати, що методика техніко-тактичної підготовки юних спортсменів з греко-римської боротьби на етапі попередньої базової підготовки була ефективною.

Список використаних джерел

1. Алиханов И. И. Техничко-тактическое мастерство борцов вольного стиля / И. И. Алиханов // Спортивная борьба, 1977. М.: Физкультура и спорт. С. 34 – 38.
2. Греховодов В. А. Спортивная борьба: изменение тактики / В. А. Греховодов. Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 3. – С. 49 – 51.
3. Кожарский В. П. Техника классической борьбы. [2-е изд.] / В. П. Кожарский, Н. Н. Сорокин. – М.: «Физкультура и спорт», 1978. – 280 с.
4. Ляпин В. П. Оперативный педагогический контроль технической подготовленности борцов вольного стиля в предсоревновательном периоде / Ляпин В. П. : Автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 // Киевск. ин-т физической культуры. – К., 1987. – 24 с.
5. Павлов А. Е. Экспериментальное обоснование эффективности методики обучения юных борцов технико-тактическим действиям с использованием технических средств / А. Е. Павлов // Теория и практика физической культуры. 2000. – № 10. – С. 41 – 44.
6. Самвелян Л. А. Совершенствование технического мастерства борцов в условиях нарастающего утомления / Л. А. Самвелян, Л. А. Мещатунян // Спортивная борьба, 1972. – М.: Физкультура и спорт. – С. 53 – 56.

7. Туманян Г. С. Унифицированные критерии для оценки технико-тактической подготовленности борцов / Г. С. Туманян, Я. К. Коблев, В. Л. Дементьев. М. : ГЦОЛИФКа, 1986. – 24 с.

КЛАСИФІКАЦІЯ ТЕХНІЧНИХ ПРИЙОМІВ І БОЙОВИХ ДІЙ У ФЕХТУВАННІ

Лисенко Анастасія, Сокол О. В.

Національний університет кораблебудування імені адмірала Макарова
Миколаїв, Україна

Вступ. У процесі розвитку фехтування – спочатку як системи володіння холодною зброєю, а потім як спортивно-педагогічної дисципліни – робилося багато спроб систематизувати заходи, якими користуються учасники поєдинку.

Мета: визначені класифікацію технічних прийомів, положення (позиції) по відношенню до фехтувальника.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення даних наукової та методичної літератури і джерел інформаційної мережі Інтернет.

З літературних джерел можна встановити, що ще в XVI і XVII вв. були визначені положення клинка (позиції) по відношенню до фехтувальника, що тримає зброю, найбільш вразливі сектори поверхні бійця, що уражається і засобу для прямого нападу, а також нападу з переключенням, фінтом і дією на зброю.

Класифікація – це розподіл технічних прийомів і бойових дій по загальних ознаках і в певному порядку для полегшення засвоєння фехтування на основі системного підходу до предмета. У тісній залежності від класифікації знаходиться термінологія фехтування, знання якої дозволяє спортсменам, тренерам і суддям більш ефективно взаємодіяти в ході тренувань і змагань, а також повноцінно користуватися спеціальною літературою.

Бойова стійка та рухи в ній. Ноги в бойовій стійці шпажиста розставлені вужче, ніж у рапіриста, і менш зігнуті в колінах. Таке положення ніг вигідно тим, що воно дозволяє без особливих зусиль здійснювати широкі пересування і, крім того, віддаляє ногу, що стоїть попереду, від уколу шпаги противника. Тулуб тримається трохи похило вперед, а незброєна рука піднята вгору, як у бойовій стійці рапіриста. Вістря шпаги спрямоване вперед і злегка вліво-вниз до кисті противника і знаходиться зазвичай нижче за неї (приблизно на рівні нижнього краю гарди противника). Це положення слід вважати типовими для бойової стійки шпажиста.

Удари та уколи дозволяється наносити у всі частини тіла фехтувальника вище талії, включаючи руки (до зап'ястя) та маск, вони фіксуються кольоровою лампою на апараті, за виключенням фехтування на шпазі, там уколи можна наносити по всьому тілу за виключенням потилиці. Шпажний бій, зазвичай, ведеться у великому віддаленні противників один від одного, фехтувальники прагнуть вразити супротивника в ближню частину його тіла, тобто в озброєну руку. Головна відмінність шаблі переважно в ударах, а не уколах, захиститися від перших