

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. Миколайв
28-29 жовтня 2022 року

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.

Список літератури

1. Бичук І, Грициєнко Н. Характеристика фізичної підготовленості юних тенісистів. Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. 2013;(12):66-9.

2. Ібраїмова МВ. Теніс: навчальна програма для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ. Київ: Республіканський науково-методичний кабінет Державної служби молоді та спорту України; 2012. 158 с.

3. Ібраїмова МВ, Ханюкова ОВ, Поліщук ЛВ. Сучасна школа тенісу: початкова підготовка: навчальний посібник [для студентів вищих навчальних закладів фізичної культури і спорту]. Київ: Експрес; 2013. 204 с.

4. Прокопенко АО, Константиновська НО. Особливості використання рухливих ігор на етапі початкової підготовки тенісистів. В: Дяченко АА, редактор. Матеріали IV Всеукраїнської електронної конференції «COLOR OF SCIENCE» Перспективи, проблеми та наявні здобутки розвитку фізичної культури і спорту в Україні [Інтернет]; 2021 Січ 29; Вінниця. Вінниця: Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського; 2021. с. 239-242. Доступно: <http://www.vspu.edu.ua/science/art/na204.pdf>

5. Шевченко ОО. Використання ігрового методу в початковій підготовці тенісистів. Спортивные игры. 2017;(1):80-3.

УПРАВЛІННЯ ФОРМУВАННЯМ ІНДИВІДУАЛЬНОЇ МАНЕРИ ВЕДЕННЯ БОЮ

Рзаєв Р. А., Яцунський О. С.

*Національний університет кораблебудування імені адмірала Макарова
Миколаїв, Україна*

Одним із найпопулярніших видів спорту є бокс. Українська школа боксу по праву займає одне із провідних місць серед численних національних шкіл світу. Безперечним доказом цього є виступ наших боксерів на чемпіонатах світу, Європи та Олімпійських іграх. Однак швидко прогресуюча конкуренція у світовому боксі вимагає постійних зусиль щодо подальшого вдосконалення методики спортивного тренування та управління нею. У зв'язку з омолодженням спорту взагалі, боксу зокрема, вкрай зросло значення раціональної методики навчання боксу на основі обліку індивідуальних особливостей спортсменів. У існуючій зараз методиці навчання недостатньо приділяється уваги свідомому формуванню індивідуальної манери ведення бою, хоча важливість її досягнення успіху безперечна. Мало вивчено методичний підхід до управління формуванням індивідуальної манери ведення бою. Сам процес вироблення манери бою протікає в основному стихійно, внаслідок чого терміни досягнення високої майстерності в боксі значно збільшуються. Управління формуванням індивідуальної манери ведення бою, що

відповідає як особливостям самого боксера, так і вимогам діяльності на рингу, дозволить досягти більш високих результатів значно короткі терміни.

Завданням даної роботи є спроба намітити можливі шляхи управління цим процесом.

Для одних основним засобом досягнення перемоги є атака, під якою розуміється швидка та енергійна наступальна дія, мета якої – завдати противнику один або кілька ударів. Такі боксери частіше рухаються на супротивника, намагаючись загнати його в кут рингу або до канатів, щоб там, використовуючи обмежені можливості у пересуванні, завдати йому ударів. Використовують для атаки прямі, бічні, інколи ж удари знизу. Залежно від бойової дистанції – далекої, середньої, ближньої – для підготовки атаки застосовують фінтові удари, маневрені пересування, рухи тулубом. Усе це має на меті розкрити захист противника. Так ведуть бій боксери атакуючої манери.

Для інших боксерів головним засобом досягнення перемоги є контратака, під якою розуміється наступальна дія проти атакуючого супротивника, яка може бути виконана або після прийняття захисту – контратака у відповідь, або з випередженням удару супротивника – зустрічна контратака. В якості зустрічних і ударів у відповідь застосовують будь-які прямі, бічні і удари знизу. Контратаку готують викликами, розкриттями, хибними атаками, вичікуванням, маневруванням по рингу, викликаючи цим противника на атаку, і миттєво зупиняють її зустрічними або ударами у відповідь. Так ведуть бої боксери контратакуючої манери.

-[x] Між цими двома полярними групами є відносно невелика група боксерів, які однаково успішно застосовують у бою і атаки, і контратаки. Ці боксери комбінаційної манери ведення бою.

-[] Звичайно, боксер, який дотримується певної манери ведення бою, наприклад атакуючої, не йде вперед усі три раунди, завдаючи атакуючих ударів. В окремі моменти бою він використовує відходи назад, убік і намагається перехопити атаки суперника. Проте найхарактернішим для нього є атака. Те саме можна сказати і про боксера контратакуючої манери ведення бою.

-[] Діяльність спортсменів на рингу, їх манера ведення бою визначається, з одного боку, специфікою боксу як виду спорту та правил змагань, з іншого – індивідуальними особливостями особистості самого боксера.

-[] Ряд авторів (Н. А. Худадов, 1952; Г. О. Джероян, 1955, 1970; К. В. Градополов, 1961) відзначають залежність манери ведення бою спортсменом від його особистісних особливостей, до яких належать типологічні властивості нервової системи, конституційні особливості статури, фізичні якості, темперамент, вольові риси характеру. Однак немає єдиної точки зору на те, які саме та якою мірою особистісні особливості впливають на вибір індивідуальної манери. Останнім часом з'явилися експериментальні дослідження з цього питання, але вони характеризуються певною однобічністю. В них вивчалось зв'язок манери ведення

бою або з типологічними властивостями нервової системи (В. В. Арбузов, 1974 та ін.), або з однією з форм прояву швидкості (І. А. Маслаков, 1973). Але вже з цих робіт випливає дуже важливий висновок: відмінності в стилі діяльності на рингу обумовлені типологічними властивостями нервової системи, що досліджувалися.

-[] Властивості особистості характеризуються нерозривною єдністю соціально-типових і індивідуально-своєрідних характеристик, тобто поєднанням загального, особливого та окремого. Загальне існує лише окремо, через окреме. Будь-яке окреме (так чи інакше) загальне. Будь-яке спільне є (частка чи сторона, чи сутність) окремого. Це положення дозволяє щодо будь-якого явища йти від окремого до загального і від загального до індивідуально-своєрідного.

-[] Люди різняться між собою за низкою індивідуальних ознак і якостей: по особливостям статури, по функціональним особливостям, засвоєнню знань та інших. Ці особливості є основою для індивідуального підходу у практиці праці, вчення, спорту, а сам принцип індивідуального підходу – одним із найважливіших принципів виховання та навчання.

-[] Безумовно, визнаючи важливість урахування морфо-функціональних особливостей людини, слід зазначити, що індивідуальність людини найбільшою мірою визначається і стійкими психологічними особливостями, які характеризують загальну картину її діяльності та поведінки. Незважаючи на значну варіативність індивідуальних проявів людської психіки, можна виділити деякі типові ознаки, які мають фізіологічну основу та відносяться до вроджених, природних якостей особистості. Вони пов'язані з індивідуальними особливостями перебігу основних нервових процесів – збудження та гальмування, певним поєднанням властивостей вищої нервової діяльності. Таким чином, типологічні властивості нервової системи мають важливе значення для розуміння індивідуальних відмінностей людей, що виявляються у праці, вченні та спорті.

Типологічні властивості нервової системи людини значною мірою зумовлюють своєрідність його діяльності, її прагнення вирішувати завдання найзручнішим для себе способом. Це означає, що врівноваження суб'єкта з об'єктивними умовами діяльності йде шляхом вироблення індивідуально-своєрідних способів діяльності, обумовлених як вимогами самої діяльності, так і типологічними властивостями нервової системи.

-[] Через це у людини складається індивідуальний стиль діяльності, що розуміється як «індивідуально-своєрідна система психологічних засобів», до яких свідомо чи стихійно вдається людина з метою найкращого врівноваження своєї (типологічно обумовленої) індивідуальності з предметними зовнішніми умовами, діями (Е. А. Клімов, 1969). У 2020–2021 роках було проведено дослідження, метою якого було вивчення особистісних особливостей (типологічних властивостей нервової системи, темпераменту, вольових рис характеру) та деяких спортивних

важливих якостей (швидкості, почуття дистанції) у боксерів різної манери ведення бою.

Аналіз отриманих даних дозволяє стверджувати, що між боксерами обох груп є значні відмінності у ступені вираженості типологічних властивостей нервової системи. Боксерам атакуючої манери ведення бою властива сильна та неврівноважена нервова система у бік збудження. Боксерам контратакуючої манери ведення бою властива менша сила і врівноважена нервова система.

Ця стаття не претендує на фундаментальне розкриття взаємозв'язку індивідуальної манери ведення бою та типологічних властивостей нервової системи. Це лише спроба підходу до проблеми.

Література

1. Келлер В.С. Деятельность спортсменов в вариативных конфликтных ситуациях. К.: Здоров'я, 1977. 180 с.
2. Климов Е.А. Индивидуальный стиль деятельности. – Казань: Казан. ун-та, 1969. 428 с.
3. Колчинский С.Я. Я-тренер. К.: Здоров'я, 1975. 128 с.
4. Криос Г. Формула бою. К.: Здоров'я, 1980. 96 с.
5. Мерлин В.С., Вяткин Б.А. Темперамент // Общая психология. 2-е изд. М.: Просвещение, 1976. с. 405–421.
6. Родионов А.В. Психология спортивного поединка. М.: ФиС, 1983. 174 с.
7. Платонов В.М. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. К., 1997.
8. Платонов В.Н., Сахновский К.П. Подготовка юного спортсмена. К., 1988.
9. Сергиенко Л.П. Основы спортивной генетики: Учеб.пособие. К., 2004.
10. Спортивна морфологія./ За ред. М.М. Радька. Чернівці, 2005.

РЕГУЛЮВАННЯ ПЕРЕДСТАРТОВИХ СТАНІВ ВЕСЛУВАЛЬНИКІВ

Рибак О., Скальські Д., Крефт П., Рибак Л., Козловський С.

*Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського
Національний університет кораблебудування імені адмірала Макарова
Львів, Миколаїв, Україна*

Вступ. У багатьох дослідженнях [1, 2 та ін.] зазначається, що передстартові стани спортсменів мають велике значення при їхній підготовці та під час виступів на змаганнях. Критичний аналіз та узагальнення різних джерел наукової і методичної інформації, а також передового досвіду провідних фахівців з веслування дали змогу виявити, що проблема оптимізації передстартових станів у веслувальників досліджена недостатньо і вимагає подальших ретельних наукових пошуків, уточнення й доопрацювання. Так, у наявних наукових публікаціях, присвячених психологічній передзмагальній підготовці спортсменів [3, 4 та ін.] питання оптимізації передстартових станів кваліфікованих веслувальників на байдарках на передзмагальному етапі педагогічними засобами та методами не