

Застосування розробленої методики навчання техніці футболу сприяло підвищенню рівня розвитку умінь застосовувати технічні прийоми в різних поєднаннях, формуванню умінь застосовувати технічні прийоми для вирішення тактичних завдань.

Це підтверджується результатами педагогічного експерименту, які свідчать про істотну перевагу футболістів експериментальної групи перед футболістами контрольної групи: у кінці навчання – в показниках розвитку «почуття м'яча» (жонглюючи, вони виконали на 7,3 ударів більше); ведення м'яча 2х15 м (вони виконали цю вправу на 2,23 с швидше); точності удару по м'ячу серединою підйому (вони набрали на 2,23 бала більше), якості теоретичного і практичного засвоєння знань техніки зупинки підшвою м'яча, що опускається (вони набрали на 2,2 і 1,5 бала більше) і удару по м'ячу серединою підйому (на 2,0 і 2,2 бала більше).

ЛІТЕРАТУРА

1. Монаков Г. В. Техническая подготовка футболистов. Псков: Спорт, 2000. С. 19–41.
2. Коваль С. С. Вікові критерії рівня техніко-тактичної підготовки юних футболістів. *Молода спортивна наука України*: [зб. наук. праць в галузі фізичної культури і спорту: У 4-х т.].– Львів: НВФ «Українські технології», 2004. №8. С. 166-170.
3. Хорст Вайн. Как научиться играть в футбол. Школа технического мастерства для молодых. Москва : Олимпия пресс, 2004. С. 87–124.
4. Журід С. М. Удосконалення техніко-тактичної підготовки футболістів 15-17 років з використанням комплексів тренувальних завдань: автореф. канд. наук з фіз. виховання і спорту. Харків, 2007. 24 с.
5. Шамардин В. Н. Научно-методические основы построения учебно-тренировочного процесса в футболе. *Футбол-Профи*. 2006. №2. С. 4–11.
6. Монаков Г. В. Техническая подготовка футболистов: Методика и планирование. Москва : ВНИИФК, 2001. 128 с.
7. Коваль С. С. Техніко-тактична підготовка юних футболістів на основі визначення рівня індивідуальної підготовленості. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. Харків, 2004. №7. С. 138–140.

УДК 796.835: 796.081:796.071.4

ОСНОВНІ ПІДХОДИ ДО УРАХУВАННЯ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ В ПІДГОТОВЦІ КВАЛІФІКОВАНИХ СПОРТСМЕНІВ З КІКБОКСИНГУ

Лапшина Г.Г., Гуцул Н.З., Котельник А.М., Рихаль В.І.

*Українська академія друкарств
Львівський державний університет фізичної культури*

hutsulnatasha@rambler.ru

В статті описано основні підходи до урахування індивідуальних особливостей кваліфікованих кікбоксерів. Було залучено до опитування 81 респондент. Було визначено перевагу етапу спеціалізованої базової підготовки як найбільш важливого етапу, з якого варто розпочинати цілеспрямоване урахування індивідуальних особливостей спортсменів. Пріоритетність урахування індивідуальних особливостей кікбоксерів міститься в потребі звернення на це уваги здебільшого при фізичній, технічній, тактичній, меншою мірою – психологічній та інтегральній та практично відсутня для теоретичної підготовки. Встановлено такі особливостей розподілу

спортсменів за стилями на етапах багаторічної підготовки: «нокаутер» на усіх етапах багаторічної підготовки (від попередньої базової до максимальної реалізації індивідуальних можливостей) є домінуючою; «універсал» на усіх етапах, окрім максимальної реалізації індивідуальних можливостей, є мінімальною (4,94-7,41% кваліфікованих кікбоксерів). На останньому, за рахунок наявного високого рівня підготовленості (фізична, технічна, тактична, психічна) вона зростає до 23,46%; кваліфікованих кікбоксерів стилю «темповик» має певні коливання, проте загалом перебуває у межах 22,22–34,57%; кваліфікованих кікбоксерів стилю «ігровик» не має чітких меж застосування на різних етапах багаторічної підготовки та підпорядковується різним чинникам формування, що пов'язане із закономірностями тренувальної та змагальної діяльності на тому чи іншому етапі. Чіткість розмежування та певна пропорційність трьох основних стилів ведення змагальної діяльності («нокаутер», «ігровик», «темповик») наявна здебільшого на етапі спеціалізованої базової підготовки та максимальної реалізації індивідуальних можливостей.

Ключові слова: підходи, індивідуальні особливості, підготовка, спортсмени, кікбоксинг.

BASIC APPROACHES TO THE ACCOUNT OF INDIVIDUAL CHARACTERISTICS IN THE TRAINING OF SKILLED ATHLETES IN KICKBOXING

Galina L., Hutsul N., Andrei K., Rykhal V.

*Ukrainian Academy of Printing
Lviv State University of Physical Culture*

hutsulnatasha@rambler.ru

The article describes the main approaches to the account of the individual characteristics of qualified kickboxers. 81 respondents were interviewed. The advantage of the stage of specialized basic training as the most important stage from which it was necessary to begin the purposeful account of the individual characteristics of athletes should be determined. Priority of taking into account individual peculiarities of kickboxers is found in the need to address this focus mainly in the physical, technical, tactical, to a lesser extent - psychological and integral and practically absent for theoretical training. The following features of the distribution of athletes by styles in the stages of long-term training are established: "knockout" is dominant in all stages of multi-year training (from the previous basic to the maximum realization of individual possibilities); "Universal" at all stages, except for maximum realization of individual opportunities, is minimal (4,94-7,41% of qualified kickboxers). At the latter, due to the high level of preparedness (physical, technical, tactical, psychological), it increases to 23.46%; skilled kickboxers of the style "tempovik" has certain fluctuations, but is generally in the range of 22.22-34.57%; skilled kickboxers of the style "player" does not have clear limits of application at various stages of many years of training and is subject to various factors of formation, which is associated with the regularities of training and competition activities at one stage or another. The clarity of the delineation and the certain proportionality of the three main styles of conducting competitive activities ("knockout", "player", "tempovik") is mainly at the stage of specialized basic training and maximum realization of individual opportunities.

Key words: approaches, individual characteristics, training, athletes, kickboxing.

ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ. АНАЛІЗ ОСТАННІХ ДОСЛІДЖЕНЬ ТА ПУБЛІКАЦІЙ

Кікбоксинг є одним із молодих видів серед спортивного єдиноборства. Початок становлення та розвитку кікбоксингу як виду спорту відноситься до 90-х років ХХ-го сторіччя. Одним із стратегічних завдань його розвитку на міжнародній арені та в Україні відповідно до програмно-нормативних документів, і насамперед, Законом України «Про фізичну культуру і спорт», є успішні виступи наших кікбоксерів на міжнародних змаганнях [1, 2, 5, 10, 13]. Сучасний рівень розвитку кікбоксингу в Україні вимагає наукового обґрунтування цілого комплексу проблем, пов'язаного з оптимізацією підготовки спортсменів [5].

У сучасних публікаціях широко поширені історичні аспекти розвитку різних спортивних єдиноборств в Україні [1, 6, 10]. Матеріали, що висвітлюють різноманітні аспекти у кікбоксингу зустрічаються теж часто [6], але містять наукові дослідження щодо фізичної підготовки присутні лише в деяких [8, 9, 12, 13], тому багато питань потребують поглибленого вивчення.

Зміст наукових праць вказав, що одним із важливих пріоритетних підходів, що сприяють суттєвому підвищенню рівня ефективності тренувального процесу, вважається індивідуальний підхід. Зі зростанням спортивної майстерності ця проблема набуває особливої актуальності. В тренувальному процесі з'являється певний інтерес до знань

особливостей змісту підготовки представників спортивних єдиноборств з урахуванням індивідуалізації цього процесу. Кікбоксинг як відносно молодий та перспективний вид спорту не повинен залишатися осторонь цього.

Результати раніше проведених досліджень свідчать про те, що рівень, досягнутий кікбоксерами в різних розділах підготовки, тісно взаємопов'язаний як з кількісними, так і з якісними показниками змагальної діяльності і, тим самим, може вважатися одним з домінуючих чинників, які безпосередньо впливають на ступінь її ефективності. Тому, процес оптимізації підготовки кікбоксерів, який здійснювався з орієнтацією на особливості тактичних варіантів побудови поєдинку, а зокрема на їх різні стилі, стає виправданим кроком. Але, як показує практика, дана проблема поки не знайшла свого адекватного вирішення, тому першим кроком для її практичної реалізації має стати аналіз факторів, які існують на даний час в розвитку кікбоксингу. Для з'ясування певних узагальнених підходів практиків до проблематики урахування індивідуальних особливостей спортсменів, зокрема з кікбоксингу, нами було проведене запропоноване дослідження.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дослідження проводилось відповідно до завдань теми: 2.9 «Індивідуалізація тренувального процесу кваліфікованих єдиноборців» Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2011-2015 роки (номер державної реєстрації 0111U001723); теми «Теоретико-методичні основи управління тренувальним процесом та змагальною діяльністю в олімпійському, професійному та адаптивному спорті» плану науково-дослідної роботи Львівського державного університету фізичної культури на 2016–2020 рр. (номер державної реєстрації 0116U003167).

МЕТА, МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

Мета дослідження – з'ясувати основні підходи до урахування індивідуальних особливостей в підготовці кваліфікованих спортсменів з кікбоксингу.

До опитування було залучено 81 респондент. Більшість з них представляли такі види спортивних єдиноборств як кікбоксинг та бокс, однак була незначна частина представників карате (різні версії), боротьби, та змішаних єдиноборств. Залічення цього контингенту респондентів пов'язане із тим, що серед кікбоксерів кількість представників є малою, а специфіка змагальної діяльності поряд із проблематикою дослідження є однаково актуальною та представленою в цих видах спорту. До анкети нами було включено ряд запитань, що передбачали з'ясування положень для більш ефективної реалізації принципу індивідуалізації та диференціації в підготовці кваліфікованих кікбоксерів.

ВИКЛАД ОСНОВНОГО МАТЕРІАЛУ

При підборі запитань ми намагалися дотримуватися певної послідовності та їхньої взаємообумовленості. Перше запитання стосувалося того часу (етапу) з якого варто було б розпочинати цілеспрямований процес урахування індивідуальних особливостей спортсменів у кікбоксингу (рис. 1). До варіантів відповідей було запропоновано чотири: етап початкової підготовки, попередньої базової, спеціалізованої базової підготовки та підготовки до вищих досягнень. Ми не включали до варіантів відповідей на це запитання етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей, так як вважаємо його основним, а не як підготовчим. Найявна перевага етапу спеціалізованої базової підготовки. За цей варіант відповіді висловилося 61% респондентів. На другому місці опинився етап попередньої базової підготовки (28%). Дещо неочікуваним для нас був результат, згідно якого окремі спортсмени та тренери пропонували розпочинати врахування індивідуальних особливостей на етапі початкової підготовки. Найявна незначна частина респондентів, які зазначили про необхідність початку цілеспрямованого урахування індивідуальних особливостей спортсменів лише на етапі підготовки до вищих досягнень (7%).

Респонденти, що надали перевагу варіанту відповіді – етап підготовки до вищих досягнень, керувалися тим, що на цьому етапі суттєво зростає важливість індивідуальних проявів в техніці та манері ведення поєдинку. На їхню думку реалізація попередніх етапів може відбуватися за різними програмами підготовки. Тобто і враховувати, і не враховувати індивідуальні особливості спортсменів. Однак вже на етапі підготовки до вищих досягнень цей процес (індивідуалізації) є обов'язковим. Невід'ємними складовими, на їхнє переконання, з яким ми погоджуємося є показники підготовленості та змагальної діяльності.

У другому питанні анкетими намагалися з'ясувати ті сторони підготовки, при реалізації яких у навчально-тренувальному процесі кваліфікованих спортсменів у кікбоксингу, повинні бути б максимально враховані їхні індивідуальні особливості спортсменів. Ураховуючи складність постановки питання та відповіді на нього одним пунктом, ми запропонували обрати до трьох варіантів відповідей (за потреби)(рис. 1). У варіантах відповідей запропоновані ті сторони підготовки, які на сьогодні описані в фундаментальних наукових дослідженнях провідних фахівців галузі фізичної культури та спорту, а саме фізична, технічна, тактична, психологічна, теоретична та інтегральна підготовки [12].

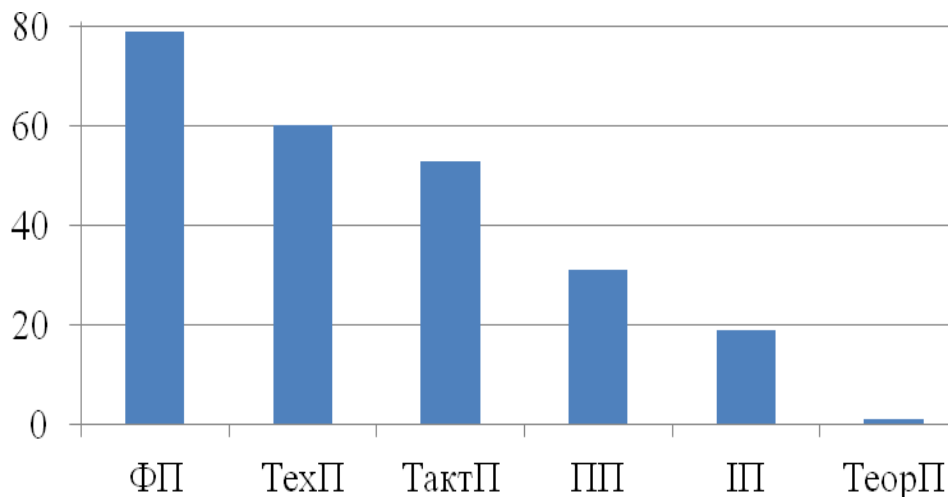


Рис. 1. Розподіл ставлення респондентів щодо пріоритетності сторін підготовки, які повинні максимально враховувати індивідуальні особливості спортсменів у кікбоксингу: ФП – фізична підготовка; ТехП – технічна підготовка; ТактП – тактична підготовка; ПП – психологічна підготовка; ІП – інтегральна підготовка; ТеорП – теоретична підготовка.

Опираючись на результати відповідей можемо констатувати, що майже усі респонденти, як один зі своїх варіантів відповідей зазначили необхідність урахування індивідуальних особливостей спортсменів з кікбоксингу у фізичній підготовці (97,53% опитаних). Можна стверджувати, що на другому місці рейтингу з незначними відхиленнями опинилися ще два види підготовки. Так на потребу урахування індивідуальних особливостей спортсменів у технічній та тактичній підготовці вказали 74,07 та 65,43% респондентів відповідно. З певним відставанням серед відповідей респондентів опинилися варіанти щодо потреби врахування таких показників у психологічній (38,27%) та інтегральній (23,46% опитаних респондентів відповідно). Лише один з респондентів, в одному зі своїх варіантів відповідей вказав на потребу врахування індивідуальних особливостей спортсменів з кікбоксингу в процесі теоретичної підготовки, що становило лише 1,23%.

Чергове запитання мало складну структуру побудови. Респондентам необхідно було зазначити на яких етапах і яким чином застосовується індивідуальний підбір засобів тренування для спортсменів у кікбоксингу (табл. 1). Серед варіантів, які відображають ґрунтовність врахування індивідуального підходу для того чи іншого етапу підготовки запропоновано такі: не застосовую, рідко, часто, майже завжди.

Таблиця 1 – Розподіл відповідей респондентів щодо запитання зі застосування індивідуального підбору засобів тренування для спортсменів у кікбоксингу

Етап багаторічної підготовки	Варіанти відповіді			
	не застосовую	рідко	часто	майже завжди
Початкової підготовки	76,54	23,46	–	–
Попередньої базової підготовки	4,94	53,09	41,98	–
Спеціалізованої базової підготовки	–	8,64	55,56	35,80
Підготовки до вищих досягнень	–	–	39,51	60,49
Максимальної реалізації індивідуальних можливостей	–	–	19,75	80,25

Згідно відповідей респондентів можемо спостерігати чітку закономірність зростання уваги до індивідуалізації навчально-тренувального процесу кваліфікованих спортсменів з кікбоксингу від початкових до наступних етапів системи багаторічної підготовки. Респонденти мають сформоване бачення щодо застосування засобів та методів підготовки відповідно індивідуальних особливостей спортсменів на різних етапах. В порядку підвищення кваліфікації спортсменів, зростає й вагомість індивідуалізації засобів та методів спортивної підготовки.

Проведений аналіз наукової та методичної літератури дав нам підстави говорити про наявність низки чинників пов'язаних з індивідуальними особливостями кваліфікованих спортсменів (різні види спорту), які можуть бути враховані при удосконаленні їхньої підготовки шляхом індивідуалізації тренувальних та змагальних навантажень [13]. Науковці часто керуються одним з них. Тому ми з'ясували певну пріоритетність індивідуальних особливостей спортсменів, які рекомендуються респондентами до урахування при підготовці кваліфікованих спортсменів у кікбоксингу на різних етапах багаторічної підготовки (табл.2.).

При формуванні бланку опитування ми включили до варіантів відповідей найбільш розповсюджені чинники індивідуалізації, що зустрічаються в науковій та методичній літературі з різних видів спорту [2, 6]. Також був передбачений пункт для власного варіанту відповіді.

Таблиця 2 – Ранг індивідуальних особливостей спортсменів, які рекомендуються респондентами до урахування при підготовці кваліфікованих спортсменів у кікбоксингу на різних етапах багаторічної підготовки

Чинники для урахування	Етапи багаторічної підготовки				
	ПП	ПБП	СБП	ПдВД	МРІМ
показники підготовленості	5	1	1	2	2
показники змагальної діяльності	5	4	2	1	1
фізичний розвиток	1	2	5	8	8
соціальний статус	4	5	4	5	4
вік	2	6	6	4	5
мотивація	3	3	3	3	3
інше:					
стан здоров'я	–	7	6	6	6
клімат в сім'ї	–	–	6	7	7

Примітки: ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей.

Згідно отриманих результатів нам вдалося отримати рангове співвідношення для чинників, пов'язаних із індивідуальними особливостями спортсменів та їхнього урахування в навчально-тренувальному процесі на різних етапах багаторічної підготовки.

На етапі початкової підготовки пріоритети респонденти ставлять на об'єктивно обумовлених чинниках. Перші місця рейтингу надані наявному фізичному розвитку та віку початку занять. Останні місця надані показникам підготовленості та змагальної діяльності. Для першого за рангом чинника на етапі початкової підготовки в подальшому ситуація значно змінилася. Для «фізичного розвитку» вже починаючи з етапу попередньої базової підготовки й далі значущість урахування в навчально-тренувальному процесі, за твердженнями більшості респондентів знижується. Цікавим для нас виявилися результати щодо потреби урахування чинника мотивації спортсменів при проведенні індивідуалізації навчально-тренувальної діяльності. На усіх етапах багаторічної підготовки, за результатами опитування рецензентів він займає третє рейтингове місце.

Відомо, що кожен етап багаторічної підготовки може мати відмінні компоненти мотивації. На початкових це вподобання та «мода», на більш пізніх – власна самореалізація, престиж тощо. Важливим результатом цього є виявлена потреба в акцентуванні уваги на кожному етапі на індивідуальну мотивацію спортсмена, що допоможе підвищити результативність, сприяти підтриманню її чи навіть вберегти спортсмена від завершення спортивної діяльності. Однак, цей компонент спортивної підготовки потребує дещо іншого шляху розв'язання та може стати предметом для ряду наукових досліджень в суміжній області галузей фізичної культури та спорту і психології.

Серед чинників (варіантів відповідей на питання анкети) ми зазначили соціальний статус (в широкому розумінні). За результатами відповідей респондентів виявилось, що цей чинник на окремих етапах має достатньо важливе значення. Хоча упродовж усієї багаторічної підготовки він не піднімається вище середини рейтингу, перебуває в межах 4-5 місць. На початкових етапах значення соціального статусу має тому, що більшість спортивних секцій зі спортивних єдиноборств, у тому числі кікбоксингу перебувають на забезпеченні батьків дітей. Два чинники (показники підготовленості та змагальної діяльності) на етапі початкової підготовки зайняли останнє місце. Це дає підстави розглядати їх у взаємозв'язку й надалі.

За допомогою опитування нами підтверджено наявні в науковій та методичній літературі дані [1, 6, 8, 12], що на етапі початкової підготовки чинники підготовленості та результативності не є визначальними, зокрема і для процесів індивідуалізації й диференціації.

Забігаючи наперед, відзначимо, що починаючи з етапу спеціалізованої базової підготовки власне ці два чинники для удосконалення навчально-тренувального процесу з урахуванням індивідуальних особливостей спортсменів з кікбоксингу стають визначальними та займають відповідно перше та друге місце.

Окрім стандартизованих відповідей на це питання, було передбачено варіанти респондентів. Серед респондентів було лише дві основні пропозиції щодо чинників, які потребують урахування при побудові тренувального та змагального процесів конкретного спортсмена. Одна з них це загальний стан здоров'я, друга – клімат у сім'ї. При цьому, стан здоров'я респондентами пропонується до розгляду на етап попередньої базової підготовки, а клімат в сім'ї пропонується з етапу спеціалізованої базової підготовки. Ці чинники для індивідуалізації навчально-тренувального та змагального процесів не набрали достатньої ваги на жодному з етапів. Вони перебувають з незначними відмінностями на 6-7 місцях рейтингу. На думку спеціалістів, щоб отримати об'єктивну інформацію про стан та розвиток кікбоксингу на сучасному етапі, необхідно передбачати диференціацію кікбоксингу за такими ознаками стилю ведення бою: «ігровик», «темповик», «нокаутер», «універсал».

Підсумкове запитання стосувалося співвідношення стилів змагальної діяльності серед спортсменів на етапі попередньої базової підготовки у кікбоксингу. Ми припустили, що опитані нами респонденти мають певний досвід участі у змаганнях та тренуваннях (в якості спортсменів та тренерів). Це дало змогу нам звернутися до них для виявлення певного суб'єктивного бачення спрямованості техніко-тактичних дій кваліфікованих кікбоксерів на окремих етапах (рис.1). Це проводилося також як доповнення для об'єктивного з'ясування приналежності кваліфікованих кікбоксерів на етапі спеціалізованої базової підготовки за допомогою педагогічного спостереження.

Таким чином, більшість кваліфікованих кікбоксерів на етапі попередньої базової підготовки, за твердженнями респондентів, ведуть змагальну діяльність із залученням арсеналу техніко-тактичних дій характерних для нокаутерів (54,32% з опитаних). Ми пов'язуємо такий високий відсоток для цього стилю ведення змагальної діяльності тим, що юні кікбоксери ще не мають достатнього рівня тактичної та психологічної підготовленості для регулювання своїм психоемоційним станом та відповідно урівноваженим веденням поєдинку [7, 12].

Підтвердження цього ми також знаходимо у наявності на другому місця (за твердженнями респондентів) спортсменів, яких можна охарактеризувати як «темповик». Ведення змагальної діяльності цими спортсменами також характеризується значною динамікою атакувальних техніко-тактичних дій виконаних руками та ногами. Проте вони не мають на меті досягнути як найшвидше переваги та достроково завершити поєдинок. За мету вони ставлять домінування в процесі поєдинку та зменшити кількість часу на відновлення для суперника.

За результатами опитування можна спостерігати домінування активної (агресивної) манери ведення змагальної діяльності для кваліфікованих кікбоксерів на етапі попередньої базової підготовки (понад 80%). На думку респондентів значно поступаються за кількістю кваліфіковані спортсмени з кікбоксингу, які використовують в своїй змагальній діяльності «ігровий» чи «універсальний» стилі. За твердженнями респондентів вони переважають в 7-8% випадків. На нашу думку це пов'язано із складністю застосовуваних стилів ведення змагальної діяльності. Їхнє використання на цьому етапі може відбуватися або за рахунок високої техніко-тактичної підготовленості кваліфікованих кікбоксерів, або ж навпаки – при недостатньому кваліфікаційному рівні спортсменів. Це за сукупністю наближає його до ведення в «ігровий» чи «універсальній» манері.

Проте, ми близькі до думки, що на етапі попередньої базової підготовки не варто говорити про можливість ведення поєдинку кваліфікованими кікбоксерами в «універсальній» манері. Це скоріше адаптація до суперників.

На етапі спеціалізованої базової підготовки за твердженнями респондентів співвідношення стилів змагальної діяльності, які переважають в кваліфікованих кікбоксерів зазнає певних змін (рис. 1). Серед лідерів залишаються «нокаутери». Їх частку респонденти загалом оцінюють в 41,98%. Це значно менше за показник на попередньому етапі. Співвідношення «темповиків» та «ігровиків» також зазнало змін. За рахунок зменшення кількості «темповиків» та «нокаутерів» зросла кількість «ігровиків». Це вказує на те, що спортсменів на етапі спеціалізованої базової підготовки вже не можуть настільки швидко нарощувати свою перевагу в умовах змагальної діяльності, а отже їм потрібно використовувати не один-два провідних прийомів, а суттєво збільшувати свій арсенал техніко-тактичних дій для досягнення результату в поєдинку.

На відміну від боксу для кікбоксингу притаманні удари руками та ногами [8, 10, 12, 13]. Це ще додатково збільшує варіативність техніко-тактичних дій. Відповідно кількість варіантів для спортсменів, пов'язаних з «ігровим» стилем ведення поєдинку зростає. Відзначимо, що на цьому етапі за твердженнями респондентів, представництво «універсального» стилю ведення змагальної діяльності також не є вагомим, окрім того незначно знизилася до 4,94%. Це вказує на складність оволодіння цим стилем ведення змагальної діяльності та відповідно

усією сукупністю техніко-тактичних дій. Однією з причин цього також може бути низький рівень спеціальної фізичної підготовленості, яка забезпечує ефективність дій спортсмена.

На наступному етапі (підготовки до вищих досягнень) співвідношення стилів змагальної діяльності, що домінують серед спортсменів також має свої характерні особливості. На етапі підготовки до вищих досягнень у лідерах знову відзначено «нокаутерів». Респонденти вказують, що стиль переважає в 48,15% кваліфікованих кікбоксерів на цьому етапі. Однак кваліфікованих кікбоксерів, що проводять змагальну діяльність за стильовими ознаками як «ігровики» порівняно з попереднім етапом значно менше – 11,11%. На нашу думку, це може бути спричинене кількома чинниками. Серед них природні прирости м'язової маси внаслідок завершення пубертатного періоду, різкий ріст підготовленості та змагальної практики внаслідок реалізації етапі спеціалізованої базової підготовки (попереднього) тощо [10, 11].

На цьому етапі до певної міри більшає спортсменів, які використовують стиль «темповика». Це засвідчує наявність достатнього рівня підготовленості в кваліфікованих кікбоксерів, що дає підстави проводити у високому темпі увесь поєдинок. Як і на попередніх етапах, частка кваліфікованих ккбоксерів, що надають перевагу «універсальному» стилю ведення змагальної діяльності є найменшою. На етапі підготовки до вищих досягнень вона становить 6,17%, за твердженнями респондентів відповідно.

Помітні суттєві зрушення за твердженнями респондентів щодо приросту кількості кікбоксерів, які використовують стиль «універсала» до 23,46%. При цьому кількість «нокаутерів» залишається домінуючою – 39,51%. На цьому етапі за допомогою опитування респондентів виявлено нижчі значення для стилю «ігровика» та «темповика» (14,81 та 22,22% відповідно).

Така пропорційність між представниками різних стилів ведення змагальної діяльності на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей вказує, що формування відбувалося на попередніх етапах багаторічної підготовки. Таким чином виникає додаткове навантаження на етапи підготовки до вищих досягнень та спеціалізованої базової підготовки щодо забезпечення відповідного рівня володіння технічними прийомами, їхнім раціональним застосуванням в умовах змагальної діяльності та беззаперечно створення рухового потенціалу за допомогою оптимізації процесу спеціальної фізичної підготовки спортсменів.

ВИСНОВКИ

Узагальнення практики визначає домінуючу перевагу етапу спеціалізованої базової підготовки як найбільш важливого етапу, з якого варто розпочинати цілеспрямоване урахування індивідуальних особливостей спортсменів. Пріоритетність урахування індивідуальних особливостей кікбоксерів міститься в потребі звернення на це уваги здебільшого при фізичній, технічній, тактичній, меншою мірою – психологічній та інтегральній та практично відсутня для теоретичної підготовки. Наявне прогресування застосування індивідуального підбору засобів тренування для спортсменів у кікбоксингу від початкового етапу підготовки (23,46% респондентів інколи застосовують індивідуалізацію) до етапу максимальної реалізації індивідуальних можливостей (80,25% респондентів майже завжди застосовують індивідуалізацію засобів підготовки). Починаючи з етапу спеціалізованої базової підготовки ключовими чинниками індивідуалізації підготовки спортсменів повинні бути показники змагальної діяльності та підготовленості кваліфікованих кікбоксерів.

Встановлено такі особливості розподілу спортсменів за стилями на етапах багаторічної підготовки:

- за кількістю представників стилю ведення змагальної діяльності «нокаутер» на усіх етапах багаторічної підготовки (від попередньої базової до максимальної реалізації індивідуальних можливостей) є домінуючою;
- кількість спортсменів, які представляють стиль «універсал» на усіх етапах, окрім максимальної реалізації індивідуальних можливостей, є мінімальною (4,94-7,41%

кваліфікованих кікбоксерів). На останньому, за рахунок наявного високого рівня підготовленості (фізична, технічна, тактична, психічна) вона зростає до 23,46%;

- кількість кваліфікованих кікбоксерів стилю «темповик» має певні коливання, проте загалом перебуває у межах 22,22–34,57%;
- кількість кваліфікованих кікбоксерів стилю «ігровик» не має чітких меж застосування на різних етапах багаторічної підготовки та підпорядковується різним чинникам формування, що пов'язане із закономірностями тренувальної та змагальної діяльності на тому чи іншому етапі;
- чіткість розмежування та певна пропорційність трьох основних стилів ведення змагальної діяльності («нокаутер», «ігровик», «темповик») наявна здебільшого на етапі спеціалізованої базової підготовки та максимальної реалізації індивідуальних можливостей.

Перспективи подальших досліджень передбачають розробку шляхів урахування індивідуальних особливостей кваліфікованих кікбоксерів при реалізації окремих розділів підготовки.

ЛІТЕРАТУРА

1. Беляев А.Н, Судаков Е.Г, Бибииков С.В. Специфика развития физических способностей у боксеров, обладающих различными тактическими манерами ведения поединка. *Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта*. 2008. 1(35):17–19.
2. Бріскін Ю.А., Товстоног О.Ф., Розторгуй М.С. Індивідуалізація підготовки спортсменів на різних етапах багаторічної підготовки. URL : <http://web.znu.edu.ua/herald/issues/2009/Fiz-vosp-1-2009/020-025.pdf> 18.
3. Воликов Р.А. Анализ состава боевых действий кикбоксеров разного тактического стиля. *Теория и практика физической культуры*. 2007. №10. С. 75-76.
4. Горащенко А. Ю., Деркаченко И.В. Технология индивидуальной физической подготовки кикбоксеров – универсалов. 2015. 182 с.
5. Гуцул Н., Сосновський Д. Розвиток кікбоксингу на міжнародній арені та досягнення українських спортсменів-кікбоксерів. *Молода спортивна наука України. Зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини*. Львів: Львів. держ. ун-т фіз. культури. 2015. №1. С. 65–69.
6. Демин И. В, Степанов М.Ю. Методика индивидуально-групповой подготовки кикбоксеров, основанная на особенностях индивидуальных стилей соревновательной деятельности. *Теория и практика физической культуры*. 2009. №10. С. 69–71.
7. Кіприч С. В. Вибір індивідуальних моделей підготовки боксерів на основі показників тренуваності на передзмагальному етапі [автореферат]. Київ: Укр. держ. ун-т фіз. виховання і спорту; 1995. 24 с.
8. Кладов Э.В. Развитие специальной выносливости у кикбоксеров юношей в подготовительном периоде с учетом стиля ведения боя [автореферат]. Омск, 2011. 24 с.
9. Огієнко П. М., Афіногенов Н. О., Новопащенко С.С. Особливості кікбоксингу як можливого компонента школи виживання в нинішніх умовах. *Вісник Чернігівського державного педагогічного університету. Випуск 64. Серія Педагогічні науки. Фізичне виховання і спорт: Збірник. Чернігів: ЧДПУ, 2009. С. 79–82.*
10. Платонов В.Н. Общая структура многолетнего спортивного совершенствования. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте: учеб. пособ. Олимпийская литература. 2004. С. 441–455.
11. Приймак С.Г., Савчин М.П., Власенко С.О. та ін. Особливості нейродинаміки, психодинаміки та спеціальної фізичної працездатності боксерів і кікбоксерів. *Вісник*

Запорізького національного університету: збірник наукових праць. Біологічні науки. Запоріжжя: Запорізький національний університет, 2015. №2. С. 152–166.

12. Скирта О., Лошицька Т., Володченко О. Дослідження розвитку спеціальної витривалості кікбоксерів у розділі орієнтал на етапі спеціалізованої базової підготовки. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2016. № 2. С. 124–128.
13. Яремко М.О. Вдосконалення проявів швидкісно-силових якостей в ударних прийомах кікбоксерів. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*: Зб. наукових праць під редакцією Єрмакова С.С. Харків: ХХІІІ, 1999. №16. С. 21–24.

УДК 796.085:796.015:796.093

СТАН І ПРОБЛЕМИ УПРАВЛІННЯ ПІДГОТОВКОЮ В КОМАНДНИХ СПОРТИВНИХ ІГРАХ

Лісенчук Г.А., Лісенчук С.Г.¹, Піскоха А.В.²

¹02000, Національний університет фізичного виховання і спорту України,
вул. Фізкультури, 1, Київ, Україна

²69600, Запорізький національний університет, вул. Жуковського, 66, Україна
gennadii.lysenchuk@gmail.com

Розглядається стан і проблеми управління в командних спортивних іграх. На основі аналізу науково-методичної літератури на означену тему дослідження встановлено, що даний напрям є актуальним, який вимагає пошуку і впровадження нових підходів з урахуванням сучасних тенденцій розвитку, інноваційних технологій, системи контролю. Зауважено, що на сьогодні зростання спортивних досягнень пов'язане, переважно, із вирішенням проблеми ефективного управління процесом підготовки спортсменів. Встановлено, що фізична підготовка будується на основі емпіричних положень, які пройшли практичну апробацію, але не мають серйозного біологічного обґрунтування. Необхідним є нововведення в практику навчально-тренувального процесу, науково-обґрунтованого акценту ефективного управління для більш продуктивної побудови підготовки, ефективного і оперативного оцінювання фізичного стану спортсменів і своєчасної корекції. Мета дослідження – на основі аналізу науково-методичної літератури охарактеризувати сучасні тенденції та напрямки наукових досліджень щодо управління підготовкою в командних спортивних іграх. Методи дослідження: методи теоретичного аналізу, синтезу та узагальнення інформації; узагальнення досвіду практичної роботи; методи аналізу програмно-нормативної та звітної документації. Констатовано, що теоретичних розробок в означеному напрямку в командних спортивних іграх недостатньо. Вони пов'язані з етапним управлінням навчально-тренувального процесу, що в значній мірі ускладнює реалізацію практичних засобів і методів протягом тривалого змагального сезону, характерного для командних спортивних ігор.

Ключові слова: управління, командні спортивні ігри, аналіз

CONDITION AND MANAGEMENT PROBLEMS IN TEAM SPORTS GAMES

Lysenchuk G., Lysenchuk S.¹, Piskoha A.²

¹02000, National University of Ukraine on Physical Education and Sport,
Fisculture str., 1, Kyiv, Ukraine

²69600, Zaporizhzhia national university, Zhukovsky str., 66, Zaporizhzhya, Ukraine
gennadii.lysenchuk@gmail.com

The article discusses the condition and management problems in team sports games. Based on the analysis of scientific and methodical literature on this topic the study determined that the tendency is relevant, it requires to find and implement new approaches to meet modern courses, and develop innovative technologies, and control systems. It has been noted that at the present time, the growth of sporting achievements was mainly due to the decision making of problems in the effective management of training athletes. It has been discover that physical training is based on the