

# ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА СПОРТ

*у контексті державної  
програми розвитку фізичної культури в Україні:  
досвід, проблеми, перспективи*

Присвячується 10-річчю факультету фізичного виховання і спорту



## ЗМІСТ

### ПЕРЕДМОВА

Саух П. Ю. ....	9
-----------------	---

### НАПРЯМ І.

### ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ

#### Асаулюк І. А., Куц А. С.

Современные представления о построении тренировочного процесса семиборков высокой квалификации .....	10
--	----

#### Ахметов Р. Ф., Кутек Т. Б.

Сучасні технології дослідження техніки рухових дій спортсменів .....	13
--	----

#### Блажисвський Г. В., Савитська Н. О.

Актуальні проблеми функціонування спортивних споруд та ефективність їх використання .....	16
---	----

#### Бріскін А. Ю., Пігин М. С.

Теоретична підготовка у спорті: принципи та функції .....	19
---	----

#### Вовченко І. І., Гедзюк Д. О.

Фізична підготовка бігунів на середні дистанції на етапі спортивного вдосконалення .....	21
--	----

#### Гусаревич О. В., Бабій В. Д.

Управління навчально-тренувальним процесом кваліфікованих спортсменок на основі комплексного використання додаткових засобів .....	24
--	----

#### Задорожна О.Р.

Пріоритетність використання алгоритмізованих навчально-ігрових засобів теоретичної підготовки юних фехтувальників .....	27
---	----

#### Льїн В. М., Коваль С. Б., Черкес Л. І.

Частота проявів ознак хронічної втоми у висококваліфікованих спортсменів у різних видах спорту .....	29
--	----

#### Кафтанова Т. В.

Оптимізація передігрової розминки в умовах сучасних високо-інтенсивних змагань з баскетболу .....	32
---	----

#### Коваленко С. Л.

Основи техніки греблі на байдарках для студентів вищих навчальних закладів .....	35
--	----

#### Козіна Ж. Л.

Застосування в спорті інформаційно-творчих технологій .....	38
---	----

#### Козлова О. К.

Підготовка легкоатлетів-стрибунів високої кваліфікації протягом року .....	45
--	----

**ПРІОРИТЕТНІСТЬ ВИКОРИСТАННЯ АЛГОРИТМІЗОВАНИХ НАВЧАЛЬНО-ІГРОВИХ ЗАСОБІВ  
ТЕОРЕТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ ФЕХТУВАЛЬНИКІВ**

Задорожна О. Р.

*Львівський державний університет фізичної культури*

**Анотація.** Визначено ефективність алгоритмізованих навчально-ігрових засобів теоретичної підготовки при вивченні матеріалу за окремими інформаційними блоками на етапі попередньої базової підготовки у фехтуванні упродовж макроциклу. Встановлено, що універсальними навчально-ігровими засобами теоретичної підготовки є тренажер «ГТТ» та «Асоціації».

**Ключові слова:** теоретична підготовка, фехтування, алгоритмізовані засоби.

**Постановка проблеми.** Невід'ємною складовою процесу багаторічного удосконалення спортсменів є теоретична підготовка, що передбачає набуття ними спеціалізованих знань у межах обраного виду спорту та загально педагогічних дисциплін [4, 5]. На думку Пітіна М. П. [3], особливої уваги заслуговує формування

теоретичної підготовленості спортсменів на етапі попередньої базової підготовки, що сприяє більш стрімкому зростанню результатів на наступних етапах. З огляду на це, постає актуальне питання розробки нових засобів представлення інформації з обраного виду спорту як передумови подальшого удосконалення спортивної майстерності.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Аналіз науково-методичної літератури з фехтування вказав на відсутність чітких вказівок та рекомендацій щодо реалізації теоретичної підготовки у навчально-тренувальному процесі спортсменів різних вікових груп [3, 4, 5]. Це, у свою чергу, зумовило необхідність розробки нових засобів, які б дозволили у повній мірі вирішити завдання навчально-тренувального процесу у межах теоретичної підготовки, та перевірки їх ефективності.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Дослідження виконувалося згідно теми 2.8 «Удосконалення підготовки спортсменів в окремих групах видів спорту» Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2011-2015 рр. Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України та теми «Основи теоретичної підготовки у спорті» плану НДР Львівського державного університету фізичної культури на 2013–2017 рр.

**Мета дослідження.** Розробити засоби теоретичної підготовки фехтувальників на етапі попередньої базової підготовки та визначити пріоритетність їх використання.

**Методи дослідження:** теоретичний аналіз та узагальнення, педагогічне спостереження, педагогічний експеримент, методи математичної статистики.

**Організація дослідження.** Дослідження проводилось у два етапи. На першому було визначено теоретичну підготовленість 27 фехтувальників на етапі попередньої базової підготовки, розроблено експериментальну програму теоретичної підготовки [2, 3]. На другому етапі було впроваджено експериментальну програму у навчально-тренувальний процес фехтувальників ЛДЮСШ №2, ДЮСШ «Троянда», «Атлет» та м. Львова терміном з 09.09.13 по 20.12.13 рр., після чого було проведено повторне тестування теоретичної підготовленості спортсменів та визначено ефективність окремих алгоритмізованих навчально-ігрових засобів теоретичної підготовки.

**Результати дослідження.** Основою експериментальної програми теоретичної підготовки на етапі попередньої базової підготовки у фехтуванні було використання алгоритмізованих навчально-ігрових засобів: «Анаграма», «Пазл», «Скажи інакше», «Дуель», «Асоціації», «Показуха», «Брейн-ринг», «Шифрувальник», «Вгадай слово», тренажер «ТТТ», «Алгоритмізований спосіб теоретичної підготовки у спорті» та «Фехтувальні позиції» [3].

У межах інформаційного блоку «Історія фехтування» використовувався комплекс засобів «Пазл», «Дуель», «Асоціації», та «ТТТ». Найвища ефективність цього комплексу спостерігалася у запитаннях щодо включення окремих дисциплін у фехтуванні до програми Ігор Олімпіад та різновидів класичних шкіл у фехтуванні. У першому випадку розширення кола знань було зафіксовано у 44,4 % спортсменів, у другому – у 55,5 %. При вивченні теоретичного матеріалу щодо українських фехтувальників-переможців та призерів Ігор Олімпіад за часів незалежності України приріст показників теоретичної підготовленості спостерігався у 3,7 % спортсменів.

У межах інформаційного блоку «Змагальна діяльність фехтувальників» було використано комплекс засобів «Скажи інакше», «Асоціації», «Алгоритмізований спосіб...» та «ТТТ». Високу ефективність цього комплексу підтвердило зростання показників теоретичної підготовленості щодо більшості запитань бланку тестування. Приріст цих показників спостерігався у 55,6–70,4 % спортсменів.

Засвоєння теоретичного матеріалу щодо інформаційного блоку «Техніка і тактика фехтування», відбувалося за рахунок використання засобів «Анаграма», «Показуха», «Алгоритмізований спосіб...», «Фехтувальні позиції» та «ТТТ». Про високу ефективність вказаного комплексу засобів дозволяє стверджувати приріст показників теоретичної підготовленості, який було зафіксовано у 22,2–33,3 % спортсменів під час відповідей на більшість запитань бланку тестування.

Формування теоретичної підготовленості у межах інформаційного блоку «Основи теорії і методики підготовки спортсменів» відбувалося за допомогою використання різних варіантів поєднання авторських засобів «Скажи інакше», «Дуель», «Асоціації», «Шифрувальник» та «Вгадай слово». Встановлено, що найбільш ефективний варіант поєднання вказаних засобів включав «Скажи інакше» та «Дуель». Підтвердженням цього було зростання показників теоретичної підготовленості 25,9 % спортсменів, які дали визначення поняття спортивної форми. Менш ефективним було комплексне застосування авторських засобів «Дуель», «Шифрувальник» та «Вгадай слово», що засвідчили відповіді на запитання щодо різновидів спеціалізованих відчуттів фехтувальників та засобів регуляції стартового стану недостатнього збудження. У першому випадку приріст показників теоретичної підготовленості був наявним у 14,8 % спортсменів, у другому – у 7,4 %.

При формуванні теоретичної підготовленості спортсменів у межах інформаційного блоку «Олімпізм» основними засобами теоретичної підготовки виступали «Шифрувальник» та тренажер «ТТТ», які під час розгляду окремих запитань доповнювалися такими як «Анаграма», «Скажи інакше», «Асоціації», «Показуха» та «Вгадай слово». Встановлено, що найбільш ефективним було комплексне застосування авторських засобів «Асоціації», «Шифрувальник» та тренажеру «ТТТ». Підтвердженням цього було збільшення показників теоретичної підготовленості 33,3 % спортсменів у відповідях на запитання щодо нагород, які отримують переможці та призери Олімпійських ігор, та постаті Яни Клочкової.

Узагальнення результатів тестування теоретичної підготовленості спортсменів дозволило визначити найбільш ефективні, а отже, найбільш пріоритетні варіанти поєднання алгоритмізованих навчально-ігрових засобів у межах різних інформаційних блоків: «Історія фехтування» – «Пазл», «Дуель», «Асоціації», та тренажер «ТТТ»; «Змагальна діяльність фехтувальників» – «Скажи інакше», «Асоціації», «Алгоритмізований спосіб...» та тренажер «ТТТ»;

«Техніка і тактика фехтування» – «Анаграма», «Показуха», тренажер «ТТТ», «Алгоритмізований спосіб...» та «Фехтувальні позиції»; «Основи теорії і методики підготовки спортсменів» – «Скажи інакше» та «Дуель»; «Олімпізм» – «Асоціації», «Шифрувальник» та тренажер «ТТТ». Таким чином, найбільш універсальними засобами теоретичної підготовки були тренажер «ТТТ» та «Асоціації».

**Перспективи подальших досліджень передбачають** розробку нових алгоритмізованих навчально-ігрових засобів теоретичної підготовки на різних етапах багаторічного удосконалення.

#### **Висновки**

1. Ефективність алгоритмізованих навчально-ігрових засобів теоретичної підготовки підтверджено зростанням показників теоретичної підготовленості у межах окремих розділів інформаційних блоків у 3,7-70,4 % фехтувальників на етапі попередньої базової підготовки.

2. Найбільш пріоритетними алгоритмізованими навчально-ігровими засобами у межах різних інформаційних блоків на етапі попередньої базової підготовки у фехтуванні є: «Історія фехтування» – «Пазл», «Дуель», «Асоціації», та тренажер «ТТТ»; «Змагальна діяльність фехтувальників – «Скажи інакше», «Асоціації», «Алгоритмізований спосіб...» та тренажер «ТТТ»; «Техніка і тактика фехтування» – «Анаграма», «Показуха», тренажер «ТТТ», «Алгоритмізований спосіб...» та «Фехтувальні позиції»; «Основи теорії і методики підготовки спортсменів» – «Скажи інакше» та «Дуель»; «Олімпізм» – «Асоціації», «Шифрувальник» та тренажер «ТТТ».

#### **Література:**

1. Бусол В. А. Фехтування. Навчальна програма для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ. / Бусол В. А. – К., 2011. – 43 с.
2. Задорожна О. Р. Обґрунтування авторської експериментальної програми теоретичної підготовки фехтувальників на етапі попередньої базової підготовки / Задорожна О. Р. // Фізична культура, спорт та здоров'я нації: Зб. наук. праць. – Вінниця, 2013. – Вип. 16. – С. 119-127.
3. Пітин М. Засоби теоретичної підготовки у системі багаторічного удосконалення спортсменів / М. Пітин, О. Задорожна // Молода спортивна наука України. Зб. наук. праць. – Львів, 2013. – Вип. 1. – С. 169-173.
4. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : [учебник для студ. высших учеб. заведений физ. воспитания и спорта] / В. Н. Платонов. – К. : Олимпийская литература, 2004. – 808 с.
5. Строкатов В. В. Теоретическая подготовка фехтовальщиков. Пути повышения спортивного мастерства фехтовальщиков: метод. реком. для тренеров по фехтованию / Т. А. Третилова, В. А. Андриевский, В. В. Станкович, В. А. Бусол, Б. В. Турецкий, А. В. Лысых, В. В. Строкатов. – Л.: ЛГИФК, 1980. – С. 5–7.

#### **АНОТАЦІЇ**

##### **ПРИОРИТЕТНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ АЛГОРИТМИЗИРОВАННЫХ УЧЕБНО-ИГРОВЫХ СРЕДСТВ ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ФЕХТОВАЛЬЩИКОВ**

Задорожная О. Р.

*Львовский государственный университет физической культуры*

Определена эффективность алгоритмизированных учебно-игровых средств теоретической подготовки при изучении материала отдельных информационных блоков на этапе предварительной базовой подготовки в фехтовании в течение макроцикла. Установлено, что универсальными учебно-игровыми средствами теоретической подготовки являются тренажер «ТТТ» и «Ассоциации».

**Ключевые слова:** теоретическая подготовка, фехтование, алгоритмизированные средства.

##### **PRIORITY OF USE ALGORITHMIC EDUCATIONAL GAME MEANS OF THEORETICAL TRAINING OF YOUNG FENCERS**

Zadorozhna O.

*Lviv State University of Physical Culture*

There was verified effectiveness of algorithmic educational game means of theoretical training during study of different informational blocks on stage of previous basic development. Established that universal educational game means of theoretical training are the tool «ТТТ» and «Association».

**Keywords:** theoretical training, fencing, algorithmic means.