

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА СПОРТ

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

Присвячується 10-річчю факультету фізичного виховання і спорту



Житомир, 2014

ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА

Саух П. Ю. 9

НАПРЯМ І.
ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ

Асау.пояк И. 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., Савицька Н. О.
Актуальні проблеми функціонування спортивних
споруд та ефективність їх використання 16

Бріскін А. Ю., Пігун 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

Ільїн В. М., Коваль С. Б., Черкес Л. І.
Частота проявів ознак хронічної втоми
у висококваліфікованих спортсменів у різних видах спорту 29

Кафганова 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 учебных заведений 35

Козіна Ж. Л.
Застосування в спорті інформаційно-творчих технологій 38

Козлова О. К.
Підготовка легкоатлетів-стрибунів
високої кваліфікації протягом року 45

навчально-тренувального процесу, є вдосконалення спортивної техніки.

Сучасні дослідження показників спортивної техніки виконуються відеокomp'ютерними аналізаторами рухів спортсменів. Підтверджено, що засобами практичного вирішення вдосконалення технічної майстерності спортсменів є різноманітні тренажерні пристрої. Встановлено, що для аналізу і моделювання рухових дій в біомеханіці спорту, а також прогнозування способів вдосконалення спортивної техніки перспективним є використання нейрокомп'ютерингу.

Ключові слова: спортивна техніка, відеокomp'ютерний аналіз, біомеханічні характеристики, модель, нейрокомп'ютеринг.

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ИССЛЕДОВАНИЯ ТЕХНИКИ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ СПОРТСМЕНОВ

Ахметов Р. Ф., Кутек Т.Б.

Житомирский государственный университет имени Ивана Франко

В наше время техническая подготовка спортсменов выступает стержневым системообразующим элементом в многогранной структуре процесса спортивной тренировки. Одним из главных вопросов, которые определяют стратегию всего учебно-тренировочного процесса, является совершенствование спортивной техники.

Современные исследования показателей спортивной техники выполняются видеокomp'ютерными анализаторами движений спортсменов. Подтверждено, что средствами практического решения совершенствования технического мастерства спортсменов являются разнообразные тренажерные приспособления. Установлено, что для анализа и моделирования двигательных действий в биомеханике спорта, а также прогнозирования способов совершенствования спортивной техники перспективным является использование нейрокомп'ютеринга.

Ключевые слова: спортивная техника, видеокomp'ютерный анализ, биомеханические характеристики, модель, нейрокомп'ютеринг.

MODERN TECHNOLOGIES OF RESEARCH OF TECHNIQUE OF MOTIVE ACTIONS OF SPORTSMEN

Akhmetov R., Kutek T.

Zhytomyr Ivan Franko State University

Nowadays the technical training of athletes is a core system-creating element of the multi-faced structure of the process of sports training. One of the main issues that determine the strategy of the whole process of technical training is the development of the sports techniques.

Present-day investigations of indices of sports techniques are conducted by video-and-computing analyzers of movements of athletes. It is proved that the varieties of training simulators are the means of practical solutions to the development of technical mastership of athletes. It is estimated that in order to analyze and model the moving actions in biomechanics of sports as well as to forecast the ways of development of sports techniques it is perspective to use neurocomputing.

Keywords: sports technique, video-and-computing analysis, biomechanical characteristics, model, neurocomputing.

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФУНКЦІОНУВАННЯ СПОРТИВНИХ СПОРУД ТА ЕФЕКТИВНІСТЬ ЇХ ВИКОРИСТАННЯ

Блажиевський Г. В., Савитська Н. О.

Житомирський державний університет імені Івана Франка

Постановка проблеми. У законі України «Про фізичну культуру і спорт» (стаття 48, зі змінами від 16.10.2012) говориться, що матеріально-технічне забезпечення сфери фізичної культури і спорту здійснюється шляхом будівництва та використання спортивних споруд, створення, придбання і використання фізкультурно-спортивного спорядження, обладнання, іншого майна призначеного для занять фізичною культурою і спортом. Але стан матеріально-спортивної бази, а відповідно спосіб життя населення України, створюють загрозу та є суттєвим викликом для української держави на сучасному етапі її розвитку [1].

Відповідальні державні служби та інституції, які мають відношення до розвитку спортивної інфраструктури, реконструкції існуючих та будівництва нових спортивних споруд потребують значних коштів. Фактично вони майже не фінансуються, а тому і не виконуються. Ситуація ускладнюється тяжким економічним і політичним становищем країни [2].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сучасне матеріально-технічне оснащення фізичної культури і спорту обґрунтоване багатьма науковими працями, які певним чином вплинули на розробку нових об'ємно-планувальних рішень щодо окремих та комплексних фізкультурно-спортивних споруд, нових тренажерів і тренувальних пристроїв різної конструкції, вимірних приладів та спортивного інвентарю, спортивного одягу та взуття, на підвищення ефективності експлуатації фізкультурно-спортивних споруд [3, 4, 5].

Фізкультурно-спортивні споруди – це система, що постійно змінюється та нерозривно пов'язана з розвитком суспільства в цілому. Соціальні зміни спричинили появу нових видів і форм фізкультурно-оздоровчих і дозвільних занять, нових видів спорту. Відповідно до даних змін виникають нові типологічні особливості фізкультурно-

спортивних споруд [3, с. 7–8]. Але поряд з появою безлічі нових форм і видів фізкультурно-спортивних занять темпи росту забезпеченості фізкультурно-спортивними спорудами значно нижчі необхідних. Для занять існує певна спортивна інфраструктура. Сьогодні в Україні налічується понад 106 тисяч спортивних споруд різноманітного призначення [2]. Але значна частина цих спортивних споруд була побудована в Україні ще за радянських часів, вони вичерпали свої амортизаційні можливості, мають не дуже привабливий вигляд та низьку пропускну здатність.

Метою статті є проведення теоретичного аналізу ефективності функціонування спортивних споруд і визначення шляхів покращення якості їх використання.

Методи, організація досліджень: аналіз та узагальнення наукової та методичної літератури, вивчення зарубіжного досвіду та ринку послуг спортивного будівництва.

Результати досліджень та їх обговорення. Розвиток фізичної культури та спорту не можливий без створення матеріальної бази у вигляді фізкультурно-спортивних споруд, які повинні бути спеціально обладнані і правильно експлуатуватися. Для найширшого охоплення молоді заняттями фізичною культурою та спортом створюються спортивні зали, манежі, тренажерні зали, окремі та комплексні спортивні майданчики, які, як правило, належать навчальним закладам. Відомо, що інтерес до занять фізичною культурою та спортом формується не лише за наявності спортивних споруд, але і за їх загальним виглядом, сучасним оснащенням, благоустроєм територій і спортивних майданчиків. При цьому необхідно враховувати, що сьогодні учні та студенти хочуть займатися у привабливих, комфортних спортивних будівлях. Таким чином, якщо матеріально-технічна база спортивних споруд навчальних закладів, її наявність, кількість, оснащеність та якість не будуть відповідати сучасним вимогам, то фізична культура і спорт не зможуть повною мірою вирішувати поставлені завдання.

Вихід із такої ситуації, потребує вивчення зарубіжного досвіду, зокрема в Росії стало популярним використання спортивних споруд із швидко зведених будівель (ШЗБ). Сучасні криті спортивні споруди практично завжди зводять на основі конструкцій, які швидко монтуються. Враховуючи різницю в монтажі (ШЗБ), розрізняють *повітряні опорні, метало каркасні і тентові* спортивні споруди.

Повітряні опорні споруди являють собою гнучку оболонку, яка складається із трьох не сполучених між собою прошарків – внутрішньої полівінілхлорид плівки, середнього ізоляційного шару та зовнішньої захисної плівки. Оболонка герметично закріплена на фундаменті, а опорою слугує надлишковий тиск, який утворюється внаслідок роботи спеціальних вентиляторів.

Метало каркасні спортивні споруди це (ШЗБ) на стовбату або палянабивному залізобетонному фундаменті. Основою споруди є металевий каркас, який являє собою вертикальні несучі колони, встановлені на фундаменті та сполучені між собою фермами. Бокові огороження і кривлю складають металеві листи, між якими встановлюють утеплювач, а зовні гідроізоляцію. Інший варіант монтажу виконують із сандвіч-панелей. Використання сандвіч-панелей заводського виготовлення має декілька переваг: у разі збільшує швидкість зведення об'єкту, скорочує термін ремонтних робіт, покращує якість.

Швидко зведені тентові конструкції з тентовим накриттям називають новою відправною точкою проектування у будівництві в цілому. Споруди такого типу складаються із сталюого або алюмінієвого каркасу, на який кріпиться тентове накриття із спеціальної матерії на основі поліестеру, покритий з обох сторін полівінілхлоридом. Для експлуатації у морозних зонах рекомендують використовувати багатшарові укриття з утеплювачем. Крім того висока світло пропускну здатність тенту дозволяє економити електроенергію.

Технології будівництва із подібних конструкцій мають цілий ряд переваг: висока швидкість виконання робіт (2–3 місяці); гарантована якість матеріалів, виготовлених у заводських умовах; можливість побудови будь-яких архітектурних форм, без ускладнення конструкцій; простота та зручність зборки. Хоча сучасне «швидке» спортивне будівництво – це скоріше будівництво від «бідності», воно в середньому втричі дешевше. Кращим способом будівництва спортивних споруд є капітальне монолітне будівництво, якість якого буде у декілька разів вищою. Але швидко зведені спортивні споруди потрібні хоча б тому, що дозволяють заповнити існуючий вакуум, задовольнити потребу молоді дешевими спорудами. І тільки після заповнення цього вакууму, з відновленням економічного росту в країні можливий перехід до серйозного будівництва, а звідси кількість поступово переросте у якість.

На нашу думку, одним із шляхів підвищення ефективності використання спортивних споруд є подолання проблем сезонної експлуатації відкритих й інтенсифікації використання критих спортивних споруд. Україна є однією з багатьох країн, де сезони використання критих і відкритих спортивних споруд характеризуються значними температурними перепадами. Як показує практика експлуатації, більшість площинних і дорогих об'ємних споруд мають низьку середньорічну відвідуваність. Причина цьому: криті спортивні споруди, створюючи в холодну пору року комфортні умови для учнів та студентів, улітку не можуть конкурувати з відкритими спорудами, які забезпечують найбільший ефект занять фізичною культурою і спортом в умовах природного середовища. Більшість же відкритих споруд у холодний період року повністю припиняють свою роботу.

Очевидно, що пошук рішень ефективності використання спортивних споруд має проводитись не лише шляхом удосконалення методів їх експлуатації, але і створення нових типів споруд, що відповідатимуть вимогам роботи протягом року. Одна з можливостей вирішення цієї проблеми полягає у створенні спортивних споруд з трансформованими огорожувальними конструкціями, критих взимку і таких, що відкриваються на літо. У результаті проведеного аналізу виявлено номенклатурну доцільність використання відкритих спортивних споруд з огорожувальними накриттями, що трансформуються, за найбільш популярними і відвідуваними видами спорту, а саме: з міні-футбольними полями зі штучним покриттям (у тому числі у навчальних закладах); окремими або комплексними спорудами для занять з футболу, баскетболу, волейболу, тенісу; спорудами зі штучним льодом для масового і фігурного катання, ковзанки для хокею; плавальними басейнами.

Спортивні споруди з огорожувальними конструкціями, що трансформуються, мають мати одночасно властивості як закритих, так і відкритих споруд, що забезпечить оперативний вибір режиму роботи залежно від зміни погодних умов. Таким чином передумовою створення трансформованих покриттів є необхідність подолання сезонної експлуатації відкритих та інтенсифікації використання критих спортивних споруд.

Висновки. В Україні ще не сформовано необхідну сучасну спортивну інфраструктуру за місцем навчання, проживання, роботи та відпочинку. Швидко зведені спортивні споруди є найбільш доцільною і ефективною матеріальною технічною базою для організації занять спортом і оздоровлення всіх груп населення. Будівництво, відродження та реконструкція спортивно-оздоровчих об'єктів – одна із найважливіших суспільних задач, яка може суттєво підняти рівень фізичної культури і спорту. Будівництво та реконструкція будівель та споруджень спортивно-оздоровчої спрямованості є однією із найбільш матеріально трудомістких видів виробництва у розвитку матеріально-технічної бази для фізичної культури та спорту.

Інтерес молоді до занять фізичною культурою і спортом формується перш за все хорошим станом спортивних споруд, їх сучасним оздобленням, відкриттям нових спортивних будівель, створенням і придбанням сучасного інвентарю та обладнання.

Перспективи подальших досліджень спрямовані на вивчення шляхів будівництва та експлуатації найпростіших спортивних споруд у вищих навчальних закладах.

ЛІТЕРАТУРА

1. Аристова Л.В. Физкультурно-спортивные сооружения / Л.В. Аристова. – Спортакадемпред. – М. 1999. – С. 7–8, 469–496.
2. Виступ Голови Державної служби молоді та спорту України Равіля Сафіулліна на III Спортивному конгресі України. [Електронний ресурс] Dsmi. Gov.ua/index/ua/material/8732
3. Дмитренко А.Ю. Спортивні споруди з тентовими покриттями, що трансформуються / А.Ю. Дмитренко, Г.Д. Рябіко, В.М. Лях. [Електронний доступ] <http://www.rusnauka.com/12/KPSN2010/Stroitelstvo/63725.dok.htm>
4. Концепція Загальнодержавної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на 2012 – 2016 роки. [Електронний ресурс] <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/828-2011-%d1%80>
5. Крамской С.И. Спортсооружения как один из факторов формирования физической культуры студентов / С. И. Крамской // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. – 2003 – № 3. – С. 137–145.
6. Спортивные быстровозводимые сооружения. Быстровозводимые конструкции: за и против. <http://euroangar.Livejournal.Com/5767.htm/>

АНОТАЦІЇ

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФУНКЦІОНУВАННЯ СПОРТИВНИХ СПОРУД ТА ЕФЕКТИВНІСТЬ ЇХ ВИКОРИСТАННЯ

Блажневський Г. В., Савитська Н. О.

Житомирський державний університет імені Івана Франка

На основі аналізу проблем функціонування спортивних споруд в Україні вказано на переваги будівництва із швидко зведених спортивних об'єктів, та конструкцій що трансформуються. Спортивні споруди являються невід'ємною складовою процесу фізичного виховання різних верств населення. Реконструкція і будівництво матеріально-спортивної бази – важливе соціальне завдання.

Ключові слова: спортивні споруди, спортивна інфраструктура, матеріальна база, реконструкція, будівництво, фізична культура.

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ СПОРТИВНЫХ СООРУЖЕНИЙ И ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИХ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ

Блажиевский Г. В., Савитская Н. О.

Житомирский государственный университет имени Ивана Франко

На основании анализа проблем функционирования спортивных сооружений указано на преимущества строительства из быстровозводимых объектов и конструкций которые трансформируются. Спортивные сооружения являются неотъемлемой составной процесса физического воспитания разных слоев населения. Реконструкция и строительство спортивно-материальной базы – важная социальная задача.

Ключевые слова: спортивные сооружения, спортивная инфраструктура, материальная база, реконструкция, строительство, физическая культура.

THE UP-TO DATE PROBLEMS IN FUNCTIONING OF SPORT BUILDINGS AND WAYS TO IMPROVE THEIR USAGE

Blazhievsky G., Savitskay N.

Zhytomyr Ivan Franko State University

Having analyzed the problems of the sports facilities in Ukraine the author points to the benefits of building rapidly-constructed sports facilities and constructions facilities that are easily transformed. Sport facilities are an integral part of physical education of various population groups. Renovation and constructions of material and sports basis is an important social problem.