

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ЖИТОМИРСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ІВАНА ФРАНКА**

**СТУДЕНТСЬКА  
СПОРТИВНА НАУКА – 2016**

**ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ  
II Всеукраїнської студентської  
науково-практичної конференції**

**16 травня 2016 р.**

**Житомир  
Вид-во ЖДУ ім. І. Франка  
2016**

## ЗМІСТ

*J. G. Bashtannyk*

**PECULIARITIES OF IMPROVING VESTIBULAR STABILITY FOR ACROBATS, AGED 9-10 YEARS ..... 7**

*К. В. Барвінок, С. М. Гришук*

**ВИКОРИСТАННЯ ЗАНЯТЬ ФІТНЕСОМ ДЛЯ ОПТИМІЗАЦІЇ МАСИ ТІЛА ..... 13**

*В. Р. Буренко, О. М. Демідова, А. В. Федоряка*

**ВПЛИВ РІЗНИХ ВИДІВ ТАНЦЮВАЛЬНОЇ АЕРОБІКИ НА РОЗВИТОК ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ ДІВЧАТ 15–16 РОКІВ У СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ..... 17**

*А. В. Гагіна, Ю. С. Ляшко*

**ЕФЕКТИВНІСТЬ ЗАСТОСУВАННЯ ЗОННОГО ПРЕСИНГУ У ЗМАГАЛЬНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ БАСКЕТБОЛІСТІВ ..... 22**

*А. А. Гуманкова, А. М. Яблонська*

**ДОСВІД ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОЇ РЕКРЕАЦІЇ ДІТЕЙ У ПАРКОВИХ КОМПЛЕКСАХ США ..... 27**

*Д. М. Денисюк*

**ФОРМУВАННЯ У ШКОЛЯРІВ ІНТЕРЕСУ ДО ВИКОНАННЯ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ ..... 31**

*А. Ю. Колбут, І. І. Вовченко*

**З ІСТОРІЇ РОЗВИТКУ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ У БАРАНІВСЬКОМУ РАЙОНІ ..... 36**

*І. В. Колесник, І. І. Вовченко*

**ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ ГІМНАСТИКИ ШЛЯХОМ ПОЧАТКОВОГО ВІДБОРУ В ДЮСШ ..... 42**

*К. М. Кузьменко, О. М. Колумбет, С. М. Черновський*

**ВІДНОШЕННЯ МАЙБУТНІХ ДИЗАЙНЕРІВ ДО ПРОФІЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ПІД ЧАС НАВЧАННЯ У ВНЗ ..... 48**

## **ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ ГІМНАСТИКИ ШЛЯХОМ ПОЧАТКОВОГО ВІДБОРУ В ДЮСШ**

*І. В. Колесник, І. І. Вовченко  
Житомирський державний університет  
імені Івана Франка*

**Анотація.** У статті подаються результати початкового відбору дітей до секції спортивної гімнастики в ДЮСШ.

**Постановка проблеми.** Спортивна гімнастика є одним із популярних видів спорту у світі та в нашій країні. На даний час гімнастика набирає обертів у таких країнах як Китай, Сполучені Штати Америки, Росія, Японія, Румунія та інші.

Професійний спорт розвивається відповідно до прискореного темпу розвитку життя суспільства, стають вищими вимоги, розвиваються і використовуються нові методики, ускладнюються технічні елементи і вправи. Наукове обґрунтування та реалізація системи відбору та спортивної орієнтації є однією з основних теоретичних, прикладних педагогічних і медико-біологічних проблем підготовки спортивного резерву та спортсменів вищої кваліфікації.

На жаль в багатьох містах нашої країни спортивна гімнастика поступово припиняє своє існування. Причинами цього є відсутність спортивних залів та відповідного інвентаря для занять у дитячо-юнацьких спортивних школах (ДЮСШ). Також окрім цього необхідно враховувати те, що стан здоров'я дітей щороку погіршується. Тому, щоб досягти високих результатів необхідно починати із якісного початкового відбору дітей.

**Аналіз останніх досліджень.** Питання спортивного відбору дітей до занять спортивною гімнастикою розглядаються у роботах А. Н. Березневого, Є. Ю. Розіна, Е. І. Яцкевич, А. А. Мукахбетова, О. Н. Рогачова, І. В. Кулькової та ін.

Деякі науковці досліджували: координаційні здібності у системі відбору і прогнозування успішної спе-

ціалізації у спортивній гімнастиці [2, 3]; антропометричні дані, вік, майстерність гімнастів-юніорів [1]; придатність дитини до рухової діяльності за наявності деяких генетичних маркерів [5].

Практика підготовки спортсменів свідчить про те, що вершин у спорті можуть досягти тільки ті спортсмени, які володіють комплексом вроджених і набутих здібностей, вивченням яких займаються багато вчених і тренерів. У багатьох дослідженнях виявляється прогностична значимість різних показників. В одних визначається прогностично значущі анатоמו-морфологічні ознаки. З цією метою вивчаються генетично обумовлені особливості будови тіла і визначається схильність спортсмена до того чи іншого виду спорту. В інших випадках вивчається розвиток окремих сторін рухової функції людини. Деякі дослідники вважають, що найбільш інформативною є комплексна оцінка здібностей і успіхи у спорті залежать від рівня розвитку комплексу психофізіологічних і моторних якостей людини [4].

На сучасному етапі процес відбору дуже складний у зв'язку з тим, що багато дітей мають проблеми зі станом здоров'я та багато часу проводять за комп'ютерними іграми. Виходячи з вище сказаного, постає питання щодо підвищення якості відбору дітей до занять у ДЮСШ.

Метою дослідження є проведення початкового відбору обдарованих дітей у ДЮСШ.

#### **Завдання дослідження:**

1. Зробити теоретичний аналіз науково-методичної літератури щодо перспектив розвитку гімнастики.

2. Провести опитування дітей молодшого шкільного віку та їх батьків з метою відбору до секції з гімнастики.

3. Визначити фізичну підготовленість дітей для якісного відбору у початковій групі до занять спортивною гімнастикою.

Для вирішення поставлених завдань використовували наступні **методи дослідження:** теоретичний ана-

ліз науково-методичної літератури, аналіз документальних матеріалів, опитування, педагогічне тестування, методи математичної статистики.

**Організація дослідження.** Дослідження проводилося у II етапі. На I етапі проводилося опитування дітей молодшого шкільного віку загальноосвітніх шкіл м. Житомира № 21 і №17 та їх батьків, відеопрезентації про спортивну гімнастику як вид спорту з фотографіями відомих спортсменів, майстер класи старших вихованців ДЮСШ та тренера, запрошення відвідати дитячо-юнацьку спортивну школу для випробування своїх сил у деяких випробуваннях. На II етапі було проведено педагогічне тестування дітей, які виявили бажання займатися спортивною гімнастикою. У тестуванні взяли участь 37 дітей віком 6 років.

Результати досліджень та їх обговорення. Етап початкового відбору зі спортивної гімнастики, як правило починається у дошкільному або молодшому шкільному віці.

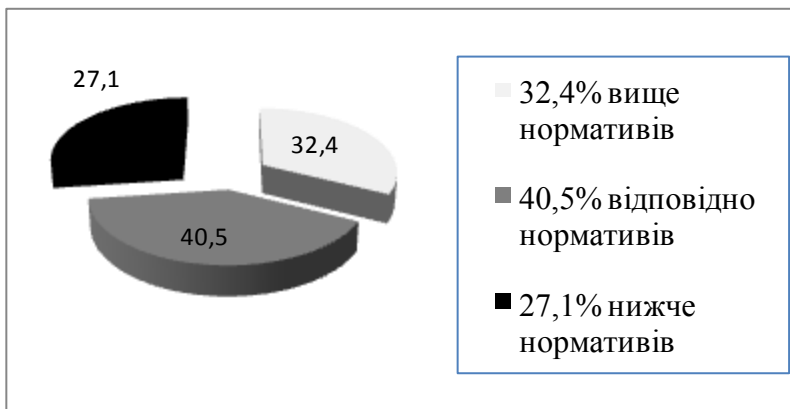
Дослідження початкового відбору дітей у секцію спортивної гімнастики у ДЮСШ було умовно поділене на II етапи.

З метою зацікавлення дітей до занять у секцію спортивної гімнастики на I етапі початкового відбору проводилося спостереження за дітьми на заняттях фізичної культури у дошкільних навчальних закладах та у молодших класах ЗОШ. Було проведено опитування дітей та їх батьків, презентації, майстер класи старших вихованців ДЮСШ та тренера. У результаті опитування виявлено, що багато батьків та дітей не знають про те, що є відділення спортивної гімнастики у ДЮСШ. Тому, дуже важливо організовувати в школах день відкритих дверей, показові виступи і тренування, запросити на виступи дітей, батьків, викладачів загальноосвітніх шкіл і вихователів дитячих садів. Також на день фізичної культури спорту організовувати показові виступи з метою зацікавлення дітей займатися цим видом спорту.

Під час проведення олімпійського уроку, який проводиться щорічно, запросити телебачення з метою показу відеоролика про школу та спортивне відділення.

Підставою для запрошення взяти участь у випробуваннях частіше всього являються антропометричні дані: довжина тіла, маса тіла, тип статури, визначені візуально, а потім вже стан здоров'я та індивідуальні особливості: активність на заняттях фізкультурою, спритність, кмітливість. На даному етапі потрібно зацікавити дітей, мотивувати до занять. Чим вища мотивація тим кращий результат.

На II етапі було проведено педагогічне тестування (біг 20м, стрибок у довжину з місця, підтягування на перекладині, піднімання ніг у висі, згинання і розгинання в упорі на брусах, кут в упорі на брусах, лазіння по канату, шпагати) дітей віком 6 років з метою комплектації навчальних груп (рис.1).



**Рис. 1. Показники фізичної підготовленості дітей для відбору до занять спортивною гімнастикою**

У результаті проведеного дослідження було визначено групу дітей (32,4%), яка найбільш була схильна до занять гімнастикою і показала найбільш високі результати у тестуванні. Також група дітей (40,5 %), в яких

менш розвинуті ті чи інші фізичні якості, але показали результати, що відповідають нормативам для зарахування до відділення спортивної гімнастики.

Групі дітей (27,1%), які показали найнижчі показники, даним видом спорту займатися не рекомендовано, адже в процесі тренування можуть бути низькі спортивні результати, які можуть значно вплинути на психічний стан дитини і відбити інтерес до заняття спортом, але цим дітям було запропоновано відвідувати секцію оздоровчої гімнастики або вибрати інший вид спорту.

Головними критеріями початкового відбору та спортивного відбору дітей є дані медичного обстеження, антропометричні дані, мотивація дітей, рівень розвитку фізичних якостей та їх оцінка щодо подальшої перспективи.

### **Висновки**

1. Аналіз науково-методичної літератури свідчить про те, що спортивна гімнастика є одним із популярних видів спорту у багатьох країнах світу, але на жаль у деяких містах України втрачає свої позиції щодо підготовки спортсменів високого класу. Тому, необхідно приділяти більше уваги початковому відбору дітей у секції та підвищенню мотивації до занять спортивною гімнастикою.

2. У результаті опитування виявлено, що 45,9% батьків та дітей не знають про те, що є відділення спортивної гімнастики у ДЮСШ. Тому, дуже важливо на попередньому етапі початкового відбору вести пропаганду щодо занять спортом та гармонійного розвитку дитини.

3. За результатами педагогічного тестування було виявлено 32,4% дітей, які показали високі результати вступних випробувань, відносяться до основної медичної групи, виявили бажання займатися спортивною гімнастикою та отримали згоду батьків до відвідування ДЮСШ.

Але на жаль, багато спортивних шкіл не можуть дозволити собі використання таких засобів та методів, розроблювати нові методики щодо якісного спортивного відбору, адже головною проблемою постає матеріально-технічне забезпечення. Не зважаючи на це, віримо в спортивне майбутнє нашої країни її процвітання і визнання. Адже спорт – це запорука здорового способу життя, гармонійного розвитку особистості, розвитку творчих та індивідуальних особливостей кожного. Тому перспектива розвитку гімнастики на сучасному етапі, щоб вона не втратила своєї позиції у спорті вищих досягнень, потрібно більше уваги приділяти початковому відбору та мотивації дітей до занять спортом.

### **Література**

1. Аркаев Л. Я. Возраст, роста-весовые показатели и мастерство гимнастов-юниоров / Л. Я. Аркаев, Е. Ю. Розин // Теория и практика физической культуры. – 1999. – № 5. – С. 47–51.
2. Ботяев В. А. Координационные способности в системе отбора и прогнозирования успешной специализации в спортивной гимнастике / В. А. Ботяев, А. В. Маслюков, В. В. Лопахин // Теория и практика физической культуры. – 2011. – № 2. – С. 83–85.
3. Ботяев В. А. Организационно-методические аспекты ранней спортивной ориентации / В. А. Ботяев, В. Н. Бойко // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2012. – № 2. – С. 37–40.
4. Коренберг В. Б. Спортивные способности и возможности / В. Б. Коренберг // Теория и практика физической культуры. – 2009. – № 3. – С. 3–9.
5. Сергиенко Л. П., Лышневская В. М. Технология раннего прогноза спортивной одаренности детей / Олімпійський спорт і спорт для всіх : IX міжнар. наук. конгрес. – К. : НУФВСУ, 2005. – С. 486.