

Київський столичний університет імені Бориса Грінченка
Borys Grinchenko Kyiv Metropolitan University

№1 (11) 2024

Наукове електронне періодичне
видання

**СПОРТИВНА НАУКА ТА
ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ**

Scientific E-Journal
**SPORT SCIENCE AND
HUMAN HEALTH**



ISSN 2664-2069 (online)

DOI: 10.28925/2664-2069.2024.1

Спортивна наука та здоров'я людини:

наукове електронне періодичне видання. – К., 2024. – № 1(11). – 214 с.

В науковому електронному періодичному виданні «Спортивна наука та здоров'я людини» публікуються результати наукових досліджень актуальних напрямків спорту, фізичного виховання, фізичної культури, спортивної медицини, фізичної терапії, ерготерапії, сучасних рекреаційно-оздоровчих технологій, а також досліджень, що стосуються здоров'я людини та є важливими для забезпечення інноваційного розвитку України.

Наукове видання призначено для науковців, тренерів, спортсменів, науково-педагогічних працівників, докторантів, аспірантів, студентів закладів вищої освіти галузі фізичного виховання та спорту, а також фахівців з охорони здоров'я, фізичної терапії, ерготерапії.

Головний редактор:

Сушко Р.О., д.фіз.вих., професор (Україна).

Випускові редактори:

Латишев М.В., к.фіз.вих., доцент (Україна); Ярмолюк О.В., к.фіз.вих., доцент (Україна).

Члени редакційної колегії:

Антала Б., професор (Словацька республіка);
Баришок Т.В., к.фіз.вих., доцент (Україна);
Білецька В.В., к.фіз.вих., доцент (Україна);
Виноградов В.Є., д.фіз.вих., професор (Україна);
Воробйова А.В., к.фіз.вих., доцент (Україна);
Девесіглу С., професор (Туреччина);
Коваленко С.О., д.б.н., професор (Україна);
Кормільцев В.В., к.фіз.вих., доцент (Україна);
Лаца З., професор (Угорщина);
Лисенко О.М., д.б.н., професор (Україна);
Лопатенко Г.О., к.фіз.вих., доцент (Україна);
Ляхова І.М., д.пед.н., професор (Україна);
Навратіл Л., д.мед.н., професор (Чеська Республіка);

Нестерчук Н.Є., д.фіз.вих., професор (Україна);
Одинець Т.Є., д.фіз.вих., професор (Україна);
Пітин М.П., д.фіз.вих., професор (Україна);
Полева-Секеряну А.Г., к.пед.н., доцент (Молдова);
Приходько В.В., д.пед.н., професор (Україна);
Савченко В.М., д.мед.н., професор (Україна);
Талагір Л.-Г., професор (Румунія);
Тимрук-Скоропад К.А., д.фіз.вих., доцент (Україна);
Хорошуха М.Ф., д.пед.н., доцент (Україна);
Чингієне В., професор (Литовська Республіка);
Шинкарук О.А., д.фіз.вих., професор (Україна);
Ясько Л.В., к.фіз.вих., доцент (Україна).

Наказом МОН України № 886 від 02.07.2020 р. видання додано до Переліку наукових фахових видань України категорії «Б», в яких можуть публікуватися результати дисертаційних робіт на здобуття наукових ступенів доктора і кандидата наук зі спеціальності 017 – фізичне виховання та спорт.

Наукове електронне періодичне видання «Спортивна наука та здоров'я людини / Sport Science and Human Health» включено до наукометричних баз даних і бібліотек: IndexCopernicus, CrossRef, BASE, Google Scholar, WorldCat – OCLC, ResearchBib, ResearchGate, Бібліометрика української науки, Наукова періодика України.

Видання відкрито для вільного доступу на умовах ліцензії Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0), котра дозволяє іншим особам вільно розповсюджувати опубліковану роботу з обов'язковим посиланням на автор(ів) оригінальної роботи та публікацію роботи в цьому виданні.

За точність викладених фактів та коректність цитування відповідальність несе автор.

Рекомендовано до друку Вченою радою Київського столичного університету імені Бориса Грінченка (протокол № 2 від 21 березня 2024 року).

Адреса редакції: вул. Левка Лук'яненка, 13-Б, м. Київ, 04212, Україна.

Телефон: +38 (063) 289-9-289, E-mail: journal.sshh@gmail.com.

Електронна версія видання розміщена на сайті: <http://sporthealth.kubg.edu.ua/>





ЗМІСТ

<i>Denysova Lolita, Lavrov Vitaliy</i>	Esports and cybersecurity: modern digital solutions	5
<i>Nagorna Viktoriia, Mytko Artur, Borysova Olha, Shlyapnikova Iryna, Zhyhailova Liubov</i>	Characteristics of Modern Technologies in the Training and Competitive Process of Elite Athletes in Sports Games	14
<i>Savchenko Valentyn, Tymchyk Olesia, Nevedomsjka Jevgenija, Omeri Iryna, Buriak Olga, Kharchenko Halyna, Yatsenko Svitlana</i>	Health motivation and its relation to functional state of the cardiorespiratory system, statistical balancing and muscle strength in sick and healthy people	26
<i>Борисова Ольга, Дутчак Мирослав, Шльонська Ольга</i>	Аналітичний огляд сучасних наукових досліджень за проблемою підготовки спортсменів різного ігрового амплуа в командних ігрових видах спорту	39
<i>Волощенко Юрій</i>	Академічна стійкість здобувачів вищої освіти. Перевірка адаптації української версії шкали академічної стійкості (ars-30ukr) серед студентів першого курсу Київського столичного університету імені Бориса Грінченка	58
<i>Дорошенко Едуард, Михалюк Євген, Алипова Олена, Марамуха Євгеній, Циганок Владислав, Черепок Олександр</i>	Профілактико-реабілітаційні технології первинних функціональних порушень склепіння стопи у дітей 3-5 років на основі ігрових вправ з елементами футболу	81
<i>Дяченко Андрій, Ван Цянь, Ніконов Димитрій, Го Женхао</i>	Контроль енергетичних реакцій веслувальників на каное на етапі підготовки до вищих досягнень	97



ЗМІСТ

<i>Квасниця Олег, Тищенко Валерія, Латишев Микола, Квасниця Ірина, Омельчук Микола, Кірсанов Микола</i>	Аналіз змагальної діяльності команд з врахуванням результату гри на чемпіонаті Європи з регбі-15	108
<i>Кіндзерська Анастасія, Шинкарук Віктор, Мельніков Андрій</i>	Перспективи використання інформаційних технологій у фізичній підготовці та спорті військовослужбовців	116
<i>Мазін Василь, Оржицький Роман</i>	Використання засобів боксу у процесі фізичного виховання у закладах загальної середньої освіти Європи та України	126
<i>Мітова Олена</i>	Система засобів контролю підготовленості у командних спортивних іграх з позиції системного підходу	139
<i>Приймак Марія, Калита Лариса</i>	Інструментальний PR-портфель фізкультурно-спортивної організації (на матеріалах діяльності НОК України)	152
<i>Сова Володимир</i>	Оцінювання сили нервових процесів (працездатності головного мозку) юних тхеквондистів в процесі тренувальних занять	164
<i>Тищенко Денис, Соколова Ольга, Тищенко Валерія</i>	Функціональні можливості гандболісток високої кваліфікації у підготовчому періоді підготовки	176
<i>Шинкарук Оксана</i>	Розвиток екосистеми кіберспорту на сучасному етапі	188
<i>Ярмоленко Максим, Шинкарук Оксана, Ординський Володимир</i>	Чинники, що впливають на ефективну діяльність тренера в кіберспорті	201

СИСТЕМА ЗАСОБІВ КОНТРОЛЮ ПІДГОТОВЛЕНOSTI У КОМАНДНИХ СПОРТИВНИХ ІГРАХ З ПОЗИЦІЇ СИСТЕМНОГО ПІДХОДУ

Мітова Олена^(ABCDEF)

*Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту,
м. Дніпро, Україна*

Внесок автора:

A — концепція та дизайн дослідження; B — збір даних;
C — аналіз та інтерпретація даних; D — написання статті;
E — редагування статті; F — остаточне затвердження статті

Анотація

Актуальність. Формування системи засобів контролю у командних спортивних іграх на основі сучасних тенденцій тренувальної та змагальної діяльності й специфічних умов перебування гравців у команді дозволить підвищити ефективність контролю та подальшої корекції тренувального процесу та змагальної діяльності з урахуванням завдань стадій та етапів багаторічної підготовки спортсменів, які спеціалізуються у ігрових видах спорту. Тому даний напрям дослідження є актуальним.

Мета дослідження – науково обґрунтувати систему засобів контролю у командних спортивних іграх на основі аналізу сучасних тенденцій теорії спортивних ігор, особливостей змагальної діяльності, моніторингу управлінських дій тренерів щодо здійснення контролю в практиці підготовки спортсменів в ігрових видах спорту.

Матеріал і методи: аналіз спеціальної, науково-методичної літератури, опитування, педагогічне спостереження, узагальнення практичного досвіду тренерів, системний метод.

Результати. Запропонована нами система засобів контролю підготовленості спортсменів, які спеціалізуються в командних ігрових видах спорту, відрізняється від попередників тим, що на кожному етапі багаторічної підготовки засоби контролю мають відмінні риси, містять групові та командні завдання, які базуються на основі розгляду об'єкту контролю, як «сума», коли кожний учасник тестування виконує однакове завдання та як «синергія», коли у кожного гравця своє завдання заради загального результату. На нашу думку, саме такий підхід дозволить тренерам економити час на різні заходи контролю з великою кількістю гравців у командах, а також підвищувати мотиваційну значущість результатів контролю для кожного гравця, як члена команди – єдиної системи.

Висновки. Визначено елементи ієрархічної системи знань про засоби контролю на рівнях гравця, групи гравців, команди, які є відмінними у порівнянні з загальною теорією спорту та у порівнянні з індивідуальними видами спорту. В ході дослідження науково обґрунтовано варіанти об'єкту контролю сторін підготовленості спортсменів у командних спортивних іграх.

Ключові слова: контроль, спортивні ігри, тести, багаторічна підготовка, гравець, команда, контрольні вправи, контрольні тести, система, підготовленість.



SYSTEM OF TRAINING CONTROL ELEMENTS IN TEAM SPORTS GAMES BASED ON A SYSTEMATIC APPROACH

Mitova Olena^(ABCDEF)

Dnipro State Academy of Physical Culture and Sports, Dnipro, Ukraine

Author's contribution:

A – Study design; B – Data collection;
C – Statistical analysis; D – Manuscript preparation;
E – Manuscript editing; F – Final approval of manuscript

Abstract

Introduction. The formation of a system of control elements in team sports based on modern trends in training and competitive activities and the specific conditions of the players in the team will allow to increase the effectiveness of control and further correction of the training process and competitive activities, taking into account the tasks of the stages of the multi-year training of athletes who specialize in game sports. Therefore, this direction of research is relevant.

The aim of the study is to scientifically substantiate the system of control elements in team sports games based on the analysis of modern trends in the theory of sports games, features of competitive activity, monitoring of managerial actions of coaches regarding the implementation of control in the practice of training athletes in game sports.

Material and methods: analysis of special, scientific and methodical literature, survey, pedagogical observation, generalization of practical experience of trainers, system method.

Results. Our proposed system of elements of monitoring the readiness of athletes who specialize in team sports differs from its predecessors in that at each stage of multi-year training the means of control have distinctive features, contain group and team tasks, which are based on consideration of the object of control, such as "sum", when each test participant performs the same task and as "synergy", when each player has his own task for the overall result. In our opinion, this approach will allow coaches to save time on various control measures with a large number of players in teams, as well as increase the motivational significance of control results for each player as a member of a team – a single system.

Conclusions. The elements of a hierarchical system of knowledge about control elements at the levels of a player, a group of players, a team, which are different in comparison with the general theory of sports and in comparison with individual sports, are defined. In the course of the study, the variants of the object of control of the sides of the athletes' preparation in team sports games were scientifically substantiated.

Key words: control, sports games, tests, long-term training, player, team, control exercises, control tests, system, preparedness.



Вступ

У спортивних іграх, як і в інших видах спорту, накопичено значний обсяг теоретичних знань та практичного досвіду з питань підготовки спортивного резерву, відбору та орієнтації підготовки гравців на різних етапах багаторічної підготовки, контролю підготовленості спортсменів [1, 7, 12, 20, 22].

Управління та контроль в системі багаторічної підготовки в олімпійському спорті обґрунтовано у фундаментальній праці В. Платонова [10], а в ігрових видах спорту вони набули наукового обґрунтовано у працях таких фахівців з командних спортивних ігор, як В.Корягін, О.Блавт [4], В.Костюкевич [5], Е.Дорошенко [17] та ін.

Використанню тестів для оцінки рівня розвитку різних фізичних здібностей школярів присвячено працю Л.Сергієнка [11].

Використання тестів у процесі контролю фізичної підготовленості спортсменів науково обґрунтовано у публікаціях О.Шинкарук [13, 14].

Значна кількість робіт останніми роками була присвячена узагальненню різних тестів для спортсменів, які спеціалізуються у спортивних іграх (у баскетболі – О.Мітова, Р.Сушко [8, 9], В.Корягін, О.Блавт [4]; V.Koryagin, O.Blavt [18]; О.Івченко [3]; у гандболі – V.Tyshchenko [24]; у футболі та хокеї на траві В.Костюкевич [5] та ін.).

Розгляд наукових даних, накопичених в теорії та методиці спортивної підготовки, свідчить про великий обсяг як теоретичного, так і експериментального матеріалу з контролю та з використання тестів з різних видів підготовленості у командних спортивних іграх [15, 17, 21, 23]. Проте, дані тести були розраховані

на виконання певних завдань лише для одного окремого гравця, що не завжди надає повну інформативність про стан підготовленості гравців, які під час змагальної діяльності взаємодіють з партнерами.

Дослідження передбачає, що формування системи засобів контролю у командних спортивних іграх на основі сучасних тенденцій тренувальної та змагальної діяльності й специфічних умов перебування гравців у команді дозволить підвищити ефективність контролю та подальшої корекції тренувального процесу та змагальної діяльності з урахуванням завдань стадій та етапів багаторічної підготовки й на цій основі підвищить ефективність проведення контролю та покращить загальний стан управління багаторічною підготовкою спортсменів, які спеціалізуються у ігрових видах спорту. Тому даний напрям дослідження є актуальним.

Мета дослідження

Мета дослідження – науково обґрунтувати систему засобів контролю у командних спортивних іграх на основі аналізу сучасних тенденцій теорії спортивних ігор, особливостей змагальної діяльності, моніторингу управлінських дій тренерів щодо здійснення контролю в практиці підготовки спортсменів в ігрових видах спорту.

Матеріал і методи дослідження

Методи дослідження: аналіз спеціальної, науково-методичної літератури, опитування, педагогічне спостереження, узагальнення практичного досвіду тренерів, системний метод.

Результати дослідження та їх обговорення

Для наукового обґрунтування системи знань про контроль у командних спортивних іграх нами було сформовано дану систему у вигляді ієрархії, що складалася з різних компонентів (принципів контролю, методів контролю, видів контролю, критеріїв оцінки тощо).

Розгляд такого компонента ієрархії як система засобів контролю підготовленості гравців у командних спортивних іграх (рис. 1), на нашу думку, має свої специфічні особливості.

Ми виділяємо три основних елементи: тести для одного гравця; контрольні вправи для групи гравців; контрольні ігри для команди. Отже, контроль підготовленості можна поділити на шість основних елементів: контроль фізичної, технічної, тактичної, теоретичної, психологічної та інтегральної підготовленості.

Для комплексного контролю підготовленості баскетболістів й для контролю кожного з видів

підготовленості окремо на кожному етапі багаторічної підготовки повинна бути сформована система засобів контролю, яка має свої специфічні особливості, що ґрунтуються на аналізі останніх наукових досліджень у командних спортивних іграх та узгодженості з сучасними теоретичними положеннями системи підготовки спортсменів у олімпійському спорті, й контролю зокрема.

Основною відмінністю даної системи засобів від циклічних видів спорту є те, що окрім контрольних тестів у командних іграх повинні бути контрольні вправи та контрольні ігри, які на кожному етапі багаторічної підготовки повинні бути узгоджені зі структурою змагальної діяльності та навчально-тренувального процесу зі значною відмінністю від попередніх етапів за швидкістю та варіативністю виконання техніко-тактичних дій, психологічними умовами та тактичними схемами гри тощо (рис. 1). Також у тренувальному процесі змінюється пріоритетність сторін підготовки.

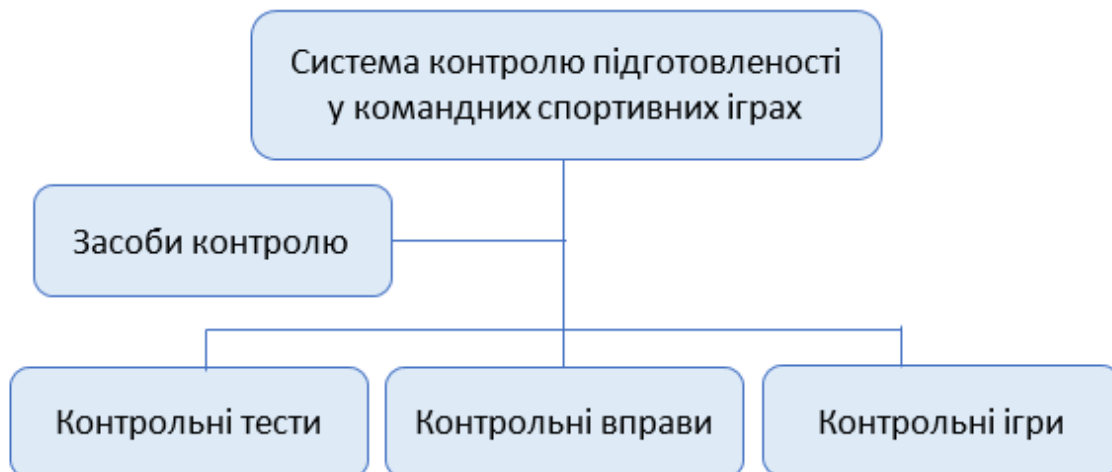


Рисунок 1 – Елемент ієрархії наукових знань щодо системи засобів контролю у командних спортивних іграх

Все це є підґрунтям як для формування загальної системи засобів контролю підготовленості у процесі багаторічної підготовки спортсменів у командних спортивних іграх, так і формування системи цих засобів на кожному з етапів багаторічної підготовки, що більшою мірою дозволить вирішувати основні завдання на конкретному циклі тренувань, своєчасно коригувати тренувальний процес і покращить управління багаторічною підготовкою.

На рис. 2 представлено схему контролю у командних спортивних іграх з урахуванням контролю різних сторін підготовленості.

Основною відмінністю є те, що система засобів контролю для групи гравців або для команди може бути побудовано таким чином, що навіть і з фізичної, і з технічної підготовленості у контрольних вправах та у контрольних іграх предметом контролю буде загальна сума показників або загальний результат.



Рисунок 2 – Контроль у системі підготовки на прикладі командних спортивних ігор



Загальна система тестів або контрольних вправ для контролю підготовленості у командних спортивних іграх, як елемент ієрархії, на наступному рівні під собою буде мати такий елемент, як вимоги до тестів, які, у свою чергу, мають дев'ять різних за спрямованістю, але у той же час взаємопов'язаних елементів: надійність, специфічність, інформативність, взаємозв'язок з чутливими періодами розвитку фізичних якостей, взаємозв'язок з етапами багаторічної підготовки, взаємозв'язок з програмним матеріалом навчального плану, комплексність, кількість виконавців тесту, періодичність. У результаті аналізу науково-методичної літератури, практичного та власного досвіду система тестів або контрольних засобів на кожному з етапів багаторічної підготовки повинна формуватися на основі експертної оцінки з урахуванням:

- завдань етапу багаторічної підготовки;
- пріоритетності сторін підготовки у змісті програмного матеріалу навчальної програми для ДЮСШ, СДЮСШОР та ШВСМ;
- функціональних обов'язків гравців (амплуа, обов'язки в рамках одного амплуа, статус в команді);
- інтенсивності виконання тесту;
- варіативності техніки виконання технічних прийомів (кидок однією рукою зверху в русі, кидок однією рукою знизу в русі, кидок з відхиленням тощо);
- просторово-часових умов виконання техніко-тактичних дій під час змагальної діяльності (не тільки за який час виконано тест, а й навпаки – виконати дію або сполучення техніко-тактичних дій за обмеженого часу);
- регламенту змагань (більше

стосується дитячих змагань, коли обмежуються ті чи інші види захисту, нападу, або спрощені правила гри);

- чутливих періодів розвитку фізичних якостей;

- ускладненості інвентарю (більш важкий м'яч, зменшений або збільшений за діаметром), обладнання (зменшений за діаметром кошик) тощо.

Розглянемо деякі з цих положень. Наприклад, у зв'язку з тим, що виконання будь-яких дій під час змагальної діяльності у командних спортивних іграх здійснюється не одним спортсменом, а групою 2-3, чи командною цілком система тестів у нашому розумінні повинна узгоджуватись з цими умовами.

Отже, всі засоби контролю (контрольні тести та контрольні вправи) можна систематизувати не тільки залежно від стадій та етапів багаторічної підготовки, але й залежно від кількості виконавців тесту, а саме: тести для одного гравця; тести або контрольні вправи для групи гравців; тести або контрольні вправи для команди на ігровому майданчику.

При чому з кожним етапом багаторічної підготовки кількість тестів для групи гравців та для команди повинна зростати порівняно з індивідуальними тестами. Тобто, якщо на перших двох етапах багаторічної підготовки акцент у контролі більше зосереджено на контролі індивідуальних показників й для цього можна застосовувати традиційні тести, то вже наприкінці етапу попередньої базової підготовки, коли розпочинається цілеспрямоване навчання взаємодіям двох-трьох гравців, тести повинні мати зміст таких контрольних випробувань, в яких би було задіяно 2-3 гравці з подальшим

збільшенням виконавців (залежно від кількості гравців на майданчику у конкретно означеній спортивній грі). Тобто група та команда розглядається у даному випадку не як сума показників різних учасників тесту, а як цільний об'єкт (рис. 3).

Для підвищення інформативності тестів у командних спортивних іграх, в яких є протидія суперника, як-от: баскетбол, гандбол, футбол, регбі, хокей, хокей на траві та ін., принциповою умовою для контрольних випробувань, що стосуються оцінки технічної, техніко-тактичної та інтегральної підготовленості гравців у нападі є виконання тестів не тільки без супротиву, але й з додаванням пасивного та активного опору захисника. Наприклад, у баскетболі

гравець повинен виконувати кидки під час виставленої руки суперника, який намагається накрити м'яч тощо.

Вдосконалення системи тестів на кожному з етапів першої стадії багаторічної підготовки може відбуватись на основі думки експертів шляхом вибору найбільш інформативних тестів або методом ранжування значущості тих чи інших провідних показників у підготовленості баскетболістів, а також на основі факторного аналізу.

Окрім того, тренери і фахівці під час підбору тестів повинні дотримуватись умов підбору тестів для проведення заходів контролю спортсменів в командних ігрових видах спорту (рис. 3).

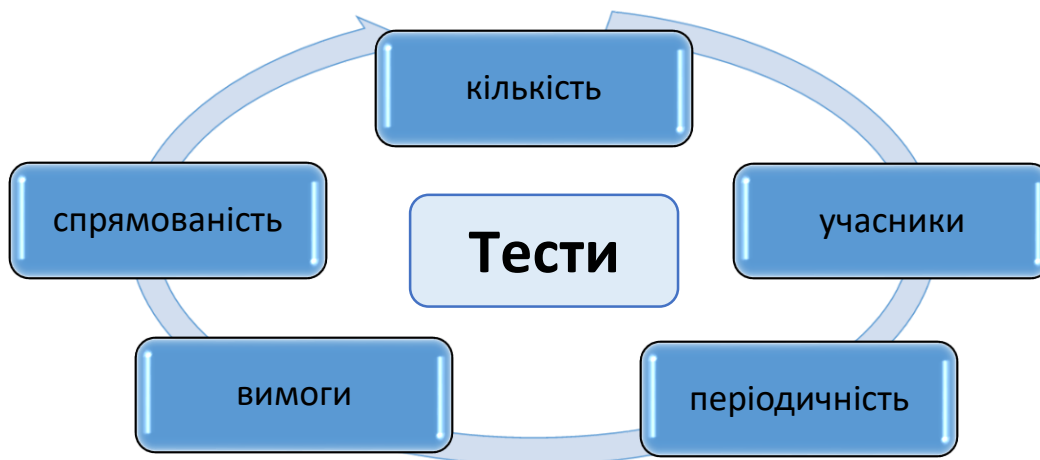


Рисунок 3 – Умови підбору тестів для проведення заходів контролю спортсменів в командних ігрових видах спорту

Якщо тести стосуються дій у захисті, доречно вводити до контрольних випробувань тести з переважною меншістю гравців у захисті відносно гравців у нападі. Окрім того, робити змішані групи з гравців різного ігрового амплуа (центрові проти захисників, нападники проти центрових тощо).

Такий підхід дозволить розширити варіативність прийняття рішень при виконанні дій за умови підвищених швидкісних та координаційних здібностей супротивника (у випадку центрові у нападі проти захисників у захисті) та при підвищених параметрах довжини та маси тіла (у випадку захисники у нападі проти центрових у захисті).



Також на етапі спеціалізованої базової підготовки та етапі підготовки до вищої спортивної майстерності, на яких за навчальною програмою для ДЮСШ, СДЮСШОР та ШВСМ передбачено вивчення основних тактичних схем, тести або контрольні вправи повинні містити завдання конкретної спрямованості на використання тих чи інших способів нападу або захисту.

Стосовно такого елементу ієрархії як **«специфічність»** при підборі тестів набуває актуальності урахування обмеженості просторово-часових умов виконання техніко-тактичних дій та ін.

Особливістю командних спортивних ігор є той факт, що більшість ігор має часове обмеження на виконання будь-яких дій. Наприклад, у баскетболі на атаку кільця надається 24 секунди, при підбиранні м'яча на атаку другого темпу надається вже 14 секунд. Часто виникають такі випадки під час гри, коли для виконання атаки залишаються декілька секунд, а інколи й десяти доли секунди. Аналіз змагальної діяльності свідчить, що саме за таких умов гравці не можуть впоратись з м'ячем, припускаються помилок тощо.

Створення тестів або контрольних завдань з виконання будь-яких техніко-тактичних дій за обмежений проміжок часу (наприклад: виконання кидка у баскетболі за 0,3 секунди; виконання комбінації за 1,5-3 секунди для всієї команди або групи гравців тощо), проведення таких контрольних випробувань надасть змогу тренеру більш ретельно оцінити специфічні спроможності тих чи інших гравців, які можуть бути претендентами на виконання «останнього» кидка під час матчу.

Окрім того, виконання таких

контрольних вправ буде сприяти адаптації гравців до умов обмеженого часу, підвищить їх концентрацію щодо економізації просторово-часових параметрів рухів.

В такому елементі ієрархії як **«інформативність»**, важливим чинником є те, що обов'язковою умовою виконання тестів є наближення інтенсивності виконання техніко-тактичних дій до змагальних. Наприклад, кидки під час тесту у баскетболі виконувати на пульсі 180-200 уд·хв⁻¹, а не на пульсі 100-120 уд·хв⁻¹.

«Комплексність» – це та вимога, яка передбачає виконання тестів, зміст та умови яких постають у виконанні декількох технічних прийомів, або прояві декількох фізичних якостей.

Окрім того, необхідно впроваджувати контрольні вправи або комплексні тести з інтегральної підготовленості, зміст яких полягає у різних поєднаннях фізичного, технічного, тактичного, теоретичного та психологічного компонентів підготовки, виконанні ситуаційних завдань, що раптово змінюються, містять елементи непередбачуваності тощо. Саме такий підхід у контролі дозволяє визначити ступінь готовності гравців до змагальної діяльності у командних спортивних іграх.

Під час застосування засобів контролю об'єкти контролю «гравець», «група гравців», «команда» повинні розглядатися у двох ракурсах, як при контролі змагальної діяльності, так і під час контролю підготовленості (рис. 4).

Об'єкт контролю у запропонованій нами загальній системі контролю має три основні складові, які можна розглядати як окремо, так і у тісному взаємозв'язку між собою, а саме: гравець, група гравців, команда.

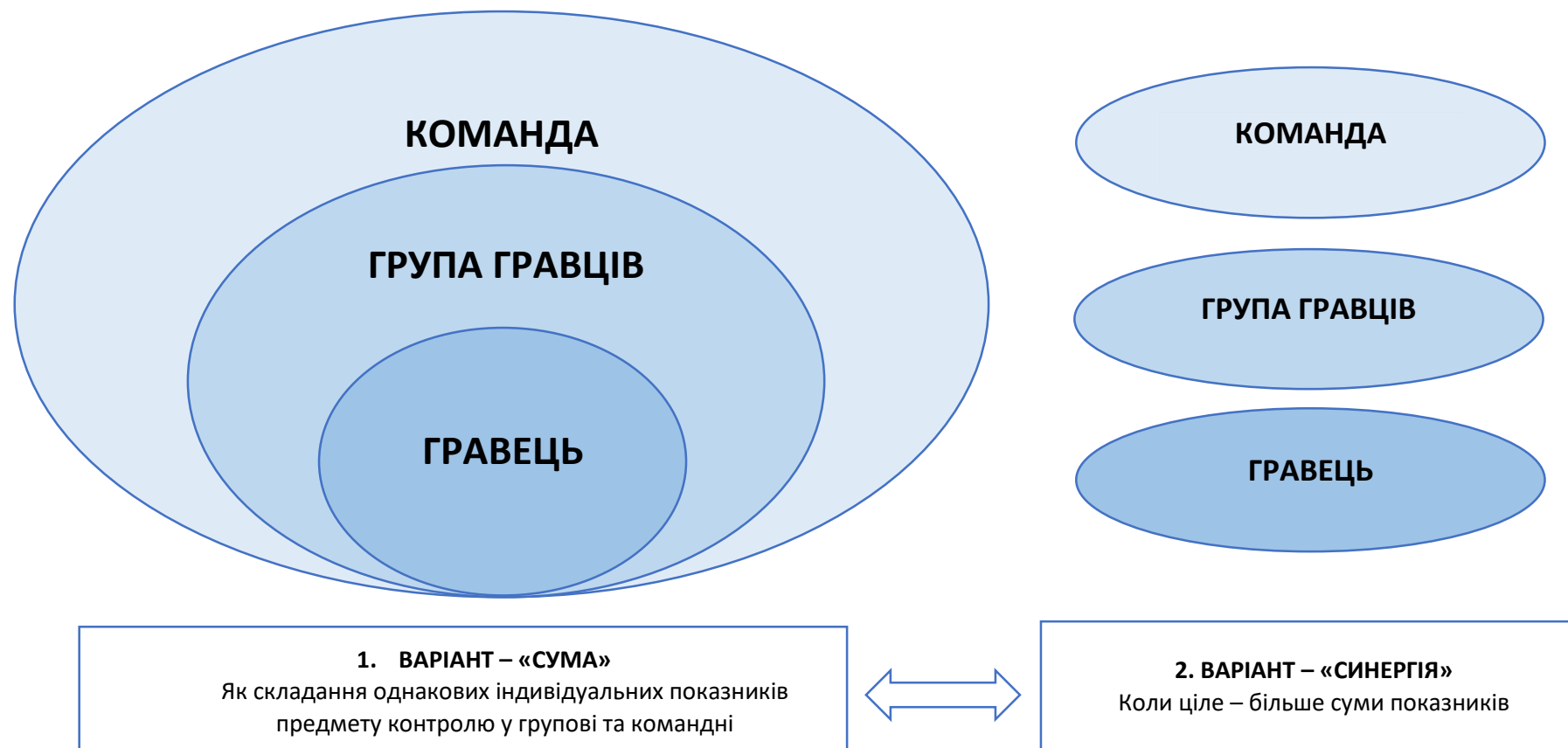


Рисунок 4 – Варіанти об'єкту контролю сторін підготовленості спортсменів у командних спортивних іграх на прикладі вимоги до засобів контролю – кількості учасників тесту, контрольної вправи, контрольної гри



При чому, група гравців розглядалась у двох ракурсах: як окрема цілісна субстанція, яка одночасно діє на майданчику, та як сума показників окремих гравців.

Аналогічним чином об'єкт контролю «команда» розглядається також у двох напрямках: як цілісний об'єкт контролю та як сума будь-яких показників кожного члена команди. Даний об'єкт контролю трактується як сума різних показників підготовленості гравця, які переходять потім у суму показників групи гравців, а потім – суму показників всіх гравців, або всіх груп гравців, тобто коли відбувається складання однакових індивідуальних показників предмета контролю у групові та командні показники і здійснюються аналіз та висновки щодо середніх значень по команді, або мінімального та максимального значення.

У зв'язку з тим, що гравець у процесі своєї змагальної діяльності завжди взаємодіє з іншими партнерами по команді й знаходиться у тих обставинах, коли його особисті показники завжди будуть залежати від тих чи інших позитивних або негативних дій, то більш об'єктивним буде розгляд об'єкту контролю не як суми показників, а як «синергію», тобто цілу сукупність тих чи інших здібностей для виконання якогось фрагмента гри (рис. 4).

Об'єкт контролю у командних спортивних іграх, коли «гравець», «група гравців», «команда» розглядаються як окремі субстанції з різними показниками предмету контролю, як слабкими, так і сильними сторонами підготовленості, та критеріями їх оцінки, тобто об'єкт розглядається як «Синергія» – коли ціле більше, ніж сума.

Причому, якщо взяти об'єкт «гравець» – «синергія», то тут і мається на увазі наявність у нього різних слабких та сильних сторін підготовленості, які тренер може використовувати у необхідний для команди час.

Дуже часто непритаманні, з одного боку, психофізіологічні якості, наприклад, спортсменів з малорухомою нервовою системою, флегматичного типу темпераменту, можна використовувати для пробиття післяматчевих пенальті, оскільки спортсмени з сильною або рухливою нервовою системою, холеричного типу можуть емоційно «перегоріти» у цей момент гри.

Аналогічним чином, об'єктом «група гравців» – «синергія» можуть бути двійки або трійки гравців, які одночасно взаємодіють на майданчику або льоду. Дуже яскраво синергія групи гравців простежується у хокеї на льоду, коли одночасно грають стало сформовані трійки нападників.

Об'єкт «команда» – «синергія» може розглядатися під кутом спільних для команди характерних особливостей. Існують випадки, коли у складі команди дуже багато явних «зірок», але командна гра не виходить на належному рівні, й навпаки – недостатньо укомплектовані команди за рахунок зіграності, взаєморозуміння та однорідності виконавців можуть показати більш стабільний результат.

Суть синергії в тому, щоб цінувати і поважати відмінності кожного гравця, вдосконалювати сильні сторони і компенсувати слабкі. У той же час емоційні, соціальні відмінності можуть бути джерелом створення нових переломних моментів у ході матчу, ігрових ситуацій, рішень.

Залежно від чіткого формулювання



об'єкту контролю формують показники, що стають предметом контролю. Характерною особливістю є те, що співвідношення цих трьох складових об'єкту контролю з кожним етапом багаторічної підготовки змінюється.

Якщо на перших двох етапах (етапу початкової та попередньої базової підготовки) більше уваги у навчально-тренувальному процесі приділяється опануванню технічними навичками та розвитку фізичних якостей кожним атлетом, то контроль повинен бути спрямовано на оцінку техніки та рівень фізичної підготовленості окремих гравців.

На подальших етапах – контроль в більшому ступені акцентується на взаємодії гравців з партнерами та своєчасному прийняттю рішень щодо використання накопиченого техніко-тактичного арсеналу.

Дискусія

Сучасний зміст навчально-тренувального процесу у командних спортивних іграх свідчить про появу та суттєве розмаїття нових засобів та методів різних видів підготовки, і не тільки тактичної, що передбачені для виконання групою гравців та всією командою одночасно [16, 19, 20]. Це віддзеркалює специфічність командної роботи та максимально наближує умови тренувального процесу до умов змагальної діяльності.

У той же час, аналіз діючої системи тестів у навчальних програмах з баскетболу, футболу, гандболу та інших спортивних ігор свідчить про наявність однакових тестів для всіх вікових категорій спортсменів у дитячо-юнацькому спорті, відмінності складають лише критерії та шкали оцінки, також тести в переважній

більшості призначені для визначення індивідуальної підготовленості одного гравця [6].

Така ситуація свідчить про неузгодженість або невідповідність змісту підготовки з системою контролю у командних спортивних іграх.

Багато вчених науково обґрунтували у своїх працях засоби контролю, що в більшому ступені наближені за своєю структурою та умовами виконання до функціонального стану спортсменів [2, 4, 5, 24], або до визначення стабільності техніки гравців за рахунок багато-разового повторення [2, 4, 8, 9].

Запропонована нами система засобів контролю підготовленості спортсменів, які спеціалізуються в командних ігрових видах спорту, відрізняється від попередників тим, що на кожному етапі багаторічної підготовки засоби контролю мають відмінні риси, відповідають змісту навчального матеріалу з різних видів підготовки, включають варіативність техніко-тактичної діяльності, віддзеркалюють умови пасивного або активного супротиву суперника, містять групові та командні завдання, які базуються на основі розгляду об'єкту контролю, як «сума», коли кожний учасник тестування виконує однакове завдання та як «синергія», коли у кожного гравця своє завдання заради загального результату.

На нашу думку, саме такий підхід дозволить тренерам економити час на різні заходи контролю з великою кількістю гравців у командах, а також підвищувати мотиваційну значущість результатів контролю для кожного гравця, як члена команди – єдиної системи.



Висновки

На основі вдосконалення системи контролю спортсменів на різних етапах багаторічної підготовки обґрунтовано ієрархічну структуру системи знань щодо засобів контролю у командних спортивних іграх – контрольні тести, контрольні вправи та контрольні ігри.

Визначено елементи ієрархічної системи знань про засоби контролю на рівнях гравця, групи гравців, команди, які є відмінними у порівнянні з загальною теорією спорту та у порівнянні з індивідуальними видами спорту.

В ході дослідження науково обґрунтовано варіанти об'єкту контролю сторін підготовленості спортсменів у командних спортивних іграх на прикладі вимоги до засобів контролю – кількості учасників тесту,

контрольної вправи, контрольної гри, перший варіант – «сума», як складання однакових індивідуальних показників предмету контролю у групі та команді; другий варіант – «синергія», коли ціле більше, ніж сума показників предмету контролю і у кожного учасника тестування своя роль, функція або завдання.

Перспективи подальших досліджень

Перспективи подальших досліджень полягають у науковому обґрунтуванні та експериментальній розробці засобів контролю у командних спортивних іграх, передбачених для контролю підготовленості групи гравців та команди в цілому на різних етапах багаторічної підготовки в різних командних спортивних іграх: футболі, волейболі, регбі тощо.

Література:

1. Безмилов ММ. Теоретико-методичні основи підготовки найближчого резерву національних збірних команд в ігрових видах спорту (на матеріалі баскетболу) [реферат дис]. 2023:42.
2. Вальтин АІ, Леонов АД. Методика визначення рівня технічної підготовленості баскетболістів «М-100»: метод. рекомендації для студентів, викладачів, тренерів. Київ, 1988:29.
3. Івченко ОМ. Комплексний контроль підготовленості баскетболістів на етапі попередньої базової підготовки [дисертація]. Дніпро, 2019:327.
4. Корягін В, Блавт О. Інноваційні технології тестового контролю у фізичному вихованні і спорті. Львів: Видавництво Львівської політехніки, 2019:236.
5. Костюкевич ВМ, Врублевський ЄП, Вознюк ТВ та ін. Теоретико-методичні основи контролю у фізичному вихованні та спорті. Вінниця: ТОВ «Планер», 2017:191.
6. Мітова ОО. Теоретико-методичні основи контролю в командних спортивних іграх у процесі багаторічної підготовки. Дніпро, 2022:396.
7. Мітова О. Динаміка розвитку командних спортивних ігор як підґрунтя формування сучасної системи контролю у командних спортивних іграх. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2022;13(32):198-211.
8. Мітова ОО, Сушко РО. Методи наукових досліджень в баскетболі: навчальний посібник [для студентів, викладачів, тренерів]. Дніпропетровськ: ДДІФКіС. 2015:216.
9. Мітова ОО, Сушко РО. Тестування баскетболістів: навчальний посібник [для студентів, викладачів, тренерів]. Дніпропетровськ: «Інновація». 2016:140.
10. Платонов ВМ. Сучасна система спортивного тренування. К.: Перша друкарня. 2020:704.
11. Сергієнко ЛП. Спортивна метрологія: теорія і практичні аспекти. К.: КНТ, 2010:776.



12. Сушко РО. Розвиток спортивних ігор в умовах глобалізації (на матеріалі баскетболу). Київ: Центр учбової літератури. 2017:360.
13. Шинкарук О. Ієрархічна структура відбору та орієнтації з позицій системного підходу. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2006;1:62-66.
14. Шинкарук О. Використання тестів у процесі контролю фізичної підготовленості спортсменів. *Актуальні проблеми фізичного виховання та методики спортивного тренування*. 2018;1:47-53.
15. Bezmylov M, Shynkaruk O, Griban G, et al. Peculiarities of physical fitness of 17-20 years old basketball players taking into account their playing role. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*.2022;10(6):1163-1172.
16. Giorgio Gandolfi. NBA Coaches Playbook. Techniques, tactics, and teaching points. Human Kinetics. 344 p.
17. Doroshenko E, Sushko R, Koryahin V, et al. The competitive activity structure of highly skilled basketball players on the basis of factor analysis methods. *Human Movement*. 2019;20(4):33-40. DOI: 10.5114/hm.2019.85091.
18. Koryagin V, Blavt O. Technological Conversion of a System for Test Control of the Leaping Ability. *European Journal of Physical Education and Sport*. 2015;1(7):46–52.
19. Mondoni M. General guidelines of minibasketball. Italy, Roma, 2020:120.
20. Simons B. Книга basketbola. *SSHА: NBA «Minnesota Timbervulvz»*. 2009:572.
21. Sushko R, Vysochina N, et al. Psychological selection in game sports on the basketball example. *Journal of Physical Education and Sport*. 2019;19(3):250:1708-1714.
22. Sushko R, Doroshenko E. Professionalization issues of concern as a factor of sports games globalization (basing on basketball). Proceedings of the VII International Academic Congress "Fundamental and Applied Studies in EU and CIS Countries" (United Kingdom, Cambridge, England, 26-28 February 2017). "Cambridge University Press", P. 128-132.
23. Sushko R, Vysochina N, et al. Psychological selection in game sports on the basketball example. *Journal of Physical Education and Sport*. 2019;19(3)250:1708-1714.
24. Tyshchenko V. Theoretical and methodical fundamentals of control in high- qualification handball. NY, USA: Lulu, 2017:117.

Автор засвідчує про відсутність конфлікту інтересів.

Інформація про автора:

Мітова Олена,

доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор,
завідувач кафедри спортивних ігор,
Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту,
м. Дніпро, Україна
ORCID: 0000-0002-4309-9261
E-mail: elenamitova@ukr.net

Отримано: 30.01.2024

Прийнято: 15.02.2024

Опубліковано: 21.03.2024

Мітова Олена. Система засобів контролю підготовленості у командних спортивних іграх з позиції системного підходу. *Спортивна наука та здоров'я людини*. 2024;1(11):139-151. DOI:10.28925/2664-2069.2024.111