

Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Зб. наук. пр. Київ; 2017. 12 (94), С. 116 – 119.

4. Тодорова В.Г. Хореографічна підготовка в техніко-естетичних видах спорту (на матеріалі спортивної аеробіки): монографія. Львів, 2018. 252 с.

5. Artemyeva G., Moshenska T. Role and importance of choreography in gymnastic and dance sports. Slobozhanskyi herald of science and sport, 2018. 4(66). P.27-30.

6. Boligon L. Influence of flexibility in the execution of movements in rhythmic gymnastics. Health Sciences. 2015. Vol. 37 (2). P. 141–145.

7. Kyzim Petro, Gumeniuk Sergii, Batieieva Nataliya. Influence of modern choreography means on the level of technical preparedness of athletes from acrobatic rock'n'roll at the stage of preliminary basic training, Slobozhanskyi herald of science and sport. 2018. № 3 (65). P. 32-39.

8. WRRRC rock'n'roll artistic and acrobatic scoring and calculation system. URL: <https://wrrc.dance/rules/rock-n-roll-rules/> (дата звернення 20.10.2023 року).

ТЕОРЕТИЧНІ ПЕРЕДУМОВИ СПОРТИВНОГО ВІДБОРУ В ГІМНАСТИЦІ

Альфія ДЕЙНЕКО¹, к.фіз.вих., доцент

Михайло МАРЧЕНКОВ¹, доцент

Надія ЮРЧЕНКО², старший викладач

Харківська державна академія фізичної культури¹

Харків, Україна

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна²

Харків, Україна

Анотація. Дане теоретичне дослідження присвячено питанню спортивного відбору дітей до занять гімнастикою як комплексного процесу, що базується на педагогічних, медико-біологічних і психічних показниках, які мають велике значення для прогнозування їхніх спортивних результатів.

Ключові слова: спортивний відбір, гімнастика, дитина, тренування, види підготовки.

Вступ. Головною метою підготовки в спортивній гімнастиці є досягнення максимально високого рівня змагальної діяльності і, перш за все, на міжнародному рівні (Олімпійські ігри, чемпіонати і Кубки світу та Європи) [1]. Сьогодні спорт розвивається швидкими темпами, вимоги стають вищими, використовуються нові методики, технічні елементи і вправи стають складнішими. Тому серед умов успішного кар'єрного зростання спортсменів, найважливішим фактором є правильний вибір спеціалізації в конкретному виді спорту ще в дитинстві, на початку тренувань, враховуючи природні можливості, здібності і таланти кожної дитини [5].

Мета та завдання дослідження. Мета – обґрунтувати теоретичні передумови спортивного відбору в гімнастиці. Завданням дослідження є аналіз науково-методичної літератури з проблеми відбору та орієнтації дітей до занять гімнастикою та узагальнення вітчизняного досвіду щодо організації відбору в спортивній гімнастиці.

Матеріал і методи дослідження Аналіз і узагальнення даних спеціальної науково-методичної літератури, моніторинг інформаційних ресурсів мережі Інтернет, контент-аналіз теоретичних і методичних робіт (навчальних посібників, методичних матеріалів).

Результати дослідження та їх обговорення. Проблема відбору дітей до занять спортом розглядається в чисельних наукових дослідженнях. Так Шинкарук О. [7] вважає, що відбір краще проводити за системним підходом. Вона розуміє відбір як комплексний процес, що включає в себе різноманітні методи дослідження, такі як педагогічні, соціологічні, психологічні і медико-біологічні, для виявлення задатків та здібностей дітей, підлітків і юнаків для спеціалізації у визначеному виді або групі видів спорту. Платонов В. [4] спортивний відбір розуміє як процес пошуку людей, здатних досягти високих результатів у конкретному виді спорту, і включення їх у систему підготовки до найвищих досягнень.

За даними Помазан А.А. [5] успіх у підготовці майстрів спорту світового рівня пов'язаний з правильним відбором дітей в ДЮСШ. Від самого початку тренувальних занять здійснюється початковий відбір, який поділяється на два етапи: попередній і основний. Попередній відбір у складнокоординаційних видах спорту спрямований на завершення фізкультурно-спортивної орієнтації початківців і визначення перспективності занять одним з видів спорту, а саме гімнастикою. Ряд науковців [2; 3; 4; 5] звертають увагу, що попередній відбір передбачає визначення морфостатуса, біологічного віку, загальної і спеціальної фізичної та технічної підготовленості дітей, які займаються, а також відбір дітей, здатних успішно освоїти програму кандидатів в майстри спорту і майстрів спорту. Більш того, спортивний відбір в ДЮСШ має свої особливості, головна з яких полягає в тому, що приймаються діти, які перебувають в стадії розвитку. Тому необхідні знання вікових та індивідуальних особливостей дітей які планують займатися тим чи іншим видом спорту. Надійність попереднього відбору залежить в основному від правильної оцінки задатків і здібностей початківців, а також врахування зміни цих задатків під впливом навчально-тренувальних занять. Слід також зазначити, що неправильний вибір виду спортивної діяльності може призвести до досягнення менш високого рівня спортивної майстерності, невтішного прогнозу перспективності та зупинки росту спортивної майстерності через вичерпання генетичного резерву організму. Отже, одним з ключових моментів, що визначає спортивні успіхи дитини, є володіння її особливими морфологічними даними в поєднанні з фізичними та психічними здібностями [3].

Останні роки відзначаються значним підвищенням складності гімнастичних елементів і комбінацій. Цілком закономірно, що успішне їхнє

виконання можливе лише при найдосконалішій техніці рухів і певному ризику. Це призводить до підвищення вимог усіх видів підготовки гімнастів: фізичної, технічної, тактичної та психологічної. Гімнаст, який має гармонійний розвиток, привабливу зовнішність та правильну поставу, має перевагу перед конкурентами. Проте не кожна дитина може впоратися з важкою програмою, це вдається лише здоровим обдарованим дітям, які мають певні здібності до цього виду спорту і можуть переносити великі фізичні та психічні навантаження [6]. Головна особливість спортивного відбору у гімнастиці полягає в тому, що об'єктом вивчення при визначенні придатності до занять гімнастикою часто є діти дошкільного віку, організм яких безперервно розвивається. Звідси в спортивному відборі важливою є не тільки діагностика про відповідність генотипу, природних задатків і здібностей, але і об'єктивний прогноз їхнього розвитку. Тому в цілях відбору і прогнозування реального спортивного досягнення конкретною особою потрібно вивчати розвиток спортивної майстерності, спираючись на знання вимог до рівня і стану якостей, властивих гімнастам екстракласу, аналізувати розвиток майстерності спортсменів, починаючи з початкової кваліфікації. В якості критеріїв при визначенні спортивної придатності до занять гімнастикою слід враховувати: стан здоров'я (хороший стан є передумовою регулярних занять, високої працездатності, стійкості до захворювань і травм), фізичний розвиток і особливості статури (найбільшою мірою генетично зумовлені і мало схильні до змін в процесі тренування), фізичну підготовленість (визначається тренером за допомогою спеціальних контрольних нормативів-тестів для уявлення про можливості 5-6-річної дитини) і особистісні поведінкові особливості (темперамент, вольові якості, психологічна стійкість, працездатність, творчі здібності, мотивація і ін., що визначаються тренером і психологом). Тривалість початкового відбору – до двох років. Саме такий досить тривалий проміжок часу необхідний для того, щоб визначити здібності юних гімнастів до навчання, їхні фізичні можливості, сприйнятливості до специфічних вправ. Результатом початкового відбору є закріплення основного контингенту в гімнастиці і орієнтація дітей на інші види занять, якщо вони явно не придатні до цього виду спорту[2].

Висновки. Таким чином, теоретичний аналіз літературних джерел показав, що на сучасному етапі спортивної підготовки, зокрема у гімнастиці, велике значення набуває система спортивного відбору, вирішення питань якого є актуальною проблемою й активно досліджується науковцями.

У подальших дослідженнях планується провести анкетування тренерів з метою вдосконалення організаційно - методичних основ спортивного відбору дітей для занять спортивною гімнастикою.

Список використаної літератури.

1. Дейнеко А.Х., Марченков М.К., Шевчук О.К. Процес багаторічної підготовки гімнастів як фактор успішної спортивної діяльності. *Theoretical and practical scientific achievements: research and results of their implementation* : collection of scientific papers «scientia» with proceedings of the

i international scientific and Theoretical Conference (Vol. 4), February 12, 2021. Pisa, Italian Republic: NGO European Scientific Platform. P. 55-58.

2. Дейнеко А.Х., Марченков М.К., Красова І.В. Навчальний посібник з дисципліни «Теорія та методика обраного виду спорту» (спортивна гімнастика). Харків: ХГАФК, 2018. 212 с.

3. Доценко А. С. Сучасні методики відбору дітей у групу початкової підготовки з художньої гімнастики. 2019. URL : Отбор Docenko A. S..pdf

4. Платонов В.М. Сучасна система спортивного тренування. Київ.: Перша друкарня, 2020. 704 с.

5. Помазан А.А. Современные условия отбора детей в возрасте 4-6 лет к занятиям гимнастикой. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2008. № 5 С. 106-107.

6. Удовиський О.А. Організація відбору в спортивній гімнастиці. *Теорія та методика фізичного виховання*. 2007. № 6. С.43-47.

7. Шинкарук О. Узагальнення досвіду організації відбору в олімпійському спорті. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. Київ: НУФВСУ, 2001. № 2-3. С. 35-40.

КОНТРОЛЬ ПСИХОЛОГІЧНОГО СТАНУ ДЗЮДОЇСТІВ В ГРУПАХ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ

**Юлія ЗАБОЛОТНЯ, здобувач першого (бакалаврського)
рівня вищої освіти**

Науковий керівник: Наталя БОЙЧЕНКО, к.фіз.вих., доцент

*Харківська державна академія фізичної культури
Харків, Україна*

Анотація. В статті розглянуто питання контролю психологічного стану дзюдоїстів в групах початкової підготовки. Розкрито важливість психологічної підготовки дзюдоїстів 6-7 років. Виявлено вплив психологічного стану юних дзюдоїстів на результати тренувань та змагань, необхідність контролю психологічного стану юних дзюдоїстів.

Ключові слова: дзюдо, психологічний стан, початкова підготовка, контроль, 6-7 років.

Вступ. Психологічний стан юних дзюдоїстів 6-7 років має вирішальний вплив на їх успіхи на тренуваннях та змаганнях. Контроль психологічного стану в групах початкової підготовки є необхідним для створення сприятливої атмосфери, підвищення мотивації, формування стійкості до стресів, розвитку вольових якостей та підвищення результативності. Важливість психологічної підготовки дзюдоїстів 6-7 років обумовлена сенситивним періодом розвитку, який вони переживають. Цей вік характеризується формуванням особистості, вольових якостей, самооцінки, а також розвитком емоційної сфери. Психологічний стан дзюдоїста має вирішальний вплив на результати його