

максимального потенціалу кожного спортсмена, оптимізувати його результати та запобігати травмам і перенавантаженням. Відтак, індивідуалізація в спортивній підготовці є ключовим чинником успіху для спортсменів високої кваліфікації у спортивних танцях.

Перспективи подальших досліджень у цьому напрямку. Подальші наукові дослідження планується присвятити питанням удосконалення тренувальних навантажень спортсменів високої кваліфікації у спортивних танцях.

Список використаної літератури

1. Келлер В. С., Платонов В.М. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів. Л.: Українська спортивна Асоціація, 1992. 269 с.
2. Лисенко А.О. Горбенко О.В. Спортивні танці (латиноамериканська програма). Навч. посіб. Харків: ФОП Бровін, 2021. 442 с.
3. Лисенко А.О. Горбенко О.В. Спортивні танці (європейська програма). Навч. посіб. Харків, 2020. 344 с.
4. Осадців Т.П. Спортивні танці : навч. посібник. Л. : ЗУКЦ, 2001. 340 с.
5. Платонов В. М. Загальна теорія підготовки спортсменів в олімпійському спорті. Київ : Олімпійська література, 2015. 583 с.
6. Тракалюк Т.О. Удосконалення фізичної підготовки кваліфікованих танцюристів на основі розробки диференційованої програми розвитку рухових якостей: автореф. дис. канд. наук фіз. вих. і спорту: 24.00.01, НУФСУ, Київ : 2020. 25 с.

ОСОБЛИВОСТІ ПІДГОТОВКИ ГРАВЦІВ ЛІБЕРО У КОМАНДАХ РІЗНОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ

Алла Дорошенко

*Харківська державна академія фізичної культури
Харків, Україна*

Анотація. У роботі проведено аналіз літературних джерел щодо аналізу підготовки гравця ліберо у командах різної кваліфікації.

Ключові слова: амплуа, волейбол, ліберо, підготовка; кваліфікація.

Вступ: Сучасний волейбол кардинально відрізняється від того виду спорту, який відкрив світові У. Морган у 1895 році. Розвиток волейболу йде постійно, практично у всіх його розділах: підвищується атлетизм гравців, швидкість польоту м'яча після удару, збільшуються ростові дані волейболістів, висота стрибків. Все це додає видовищності та ефектності класичному волейболу. Але час показав, що ці тенденції дають більше переваг нападаючій команді, ніж гравцям які захищаються. Тому тривалість розіграшів м'яча скоротилася через те, що команді, яка обороняється, стало нічого протиставити потужній атаці суперника. Безперечно, зміни в правилах гри були необхідні [5]. І тоді міжнародній федерації волейболу (FIVB) довелося вдатися до значних змін у правилах: м'яч може торкатися будь-якої частини тіла; вимоги до технічних дій

у захисті було знижено, а 1998 року було введено нове ігрове амплуа в волейболі – ліберо (захисника, який грає лише на задній лінії).

Мета дослідження: проаналізувати змагальну діяльність гравців ліберо різного рівня кваліфікації у сучасному волейболі.

Матеріал і методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури.

Результати дослідження та їх обговорення. Аналізуючи тенденції та дуже важливі зміни у сучасному волейболі, слід особливо наголосити на наступних моментах. Сучасний волейбол вигідно відрізняється від тієї гри, в яку грали на зорі її розвитку. Це атлетичний, складно комбінаційний вид спорту, що швидко прогресує в галузі техніки та тактики. Команди, прихильні до раціоналізму та вдосконалення тактики гри, мають реальні перспективи. Сьогодні дії гравців та їхня спеціалізація, і кожен гравець свого амплуа може бути корисним команді тільки у певній ігровій ситуації. Введення нового амплуа було зумовлене, ймовірно, тим, щоб дати можливість гравцям невисокого зростання брати участь у змаганнях вищого рангу, покращити ефективність захисних дій, ввівши на майданчик вузькоспеціалізованого волейболіста [3]. Саме із запровадженням амплуа ліберо у волейболі посилилася спеціалізація. Якщо раніше гравці були універсальні, то завдяки саме введенню ліберо посилюється поділ гравців на центральних, діагональних, догравальників та ліберо. На плечах гравців даного амплуа лежить офіційний обов'язок по прийому подач, підбору скидів, відскоків від блоку, тобто бути оплотом оборони команди [4,2].

Вивчення науково-методичної та спеціалізованої літератури, що розглядає питання аналізу технічних та тактичних дій ліберо різної кваліфікації можна з упевненістю сказати що підготовка гравців ліберо у класних командах побудована на високому рівні. Про це свідчать виступи українських клубних та збірних команд на найбільших міжнародних змаганнях, де вони продемонстрували досить високий рівень, не без участі таких визнаних майстрів гри у захисті, як Дмитро Канаєв та Олександр Бойко у чоловіків, Христина Немцева, Катерина Васильєва, Аліка Луценко і зовсім молода U – 17 Яна Прокопова у жінок. А як це питання вирішується в командах іншого рівня кваліфікації? Як же тренувати гравця даного амплуа в умовах юнацьких команд? Які вимоги встановлені до фізичної, технічної та психологічної підготовленості гравців ліберо? У доступній вітчизняній літературі не так багато відомостей та досліджень, присвячених даним проблемам [4,5]. Аналіз статистичних даних техніко-тактичних дій ліберо показав різницю між гравцями різного рівня кваліфікації. Найбільш ефективні ігрові дії спостерігались у ліберо Суперліги, це говорить про різницю в рівні майстерності з ліберо більш низького рівня кваліфікації [1].

Висновки. Аналіз літературних джерел виявив, брак інформації про підготовку гравців ліберо, а аналіз статистичних даних гри ліберо різного рівня кваліфікації показав, що найбільш стабільні результати мають гравці ліберо середньої та високої кваліфікації (суперліга, перша ліга).

Перспективи подальших досліджень у цьому напрямку: провести аналіз техніко-тактичних дій гравців ліберо різної кваліфікації жіночих команд.

Список використаної літератури:

1. Войтенко С. Порівняльний аналіз змагальної діяльності волейбольних команд із різним рівнем групової ефективності. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*: зб. наук. пр. Вип. 1. Вінниця: ТОВ «Планер». 2016. С. 271-278.

2. Дорошенко, Е.Ю., Мельничук, Ю.В. Параметри ефективності техніко-тактичної діяльності кваліфікованих волейболістів. Теорія і методика фізичного виховання і спорту НУФВСУ, 2, 2014. С. 116-118

3. Костюкевич В. М. Теорія і методика тренування спортсменів високої кваліфікації: навчальний посібник. Київ: Освіта України. 2009, 96 с.

4. Мельник, А. Ю. Особливості гравців різних амплуа у волейболі. Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор та однокласників у закладах вищої освіти, 1, 2003. 84-86.

5. Міщук Д. М., Анікеєнко Л. В. Характеристики ігрових амплуа у сучасному класичному волейболі. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. 2014. Вип. 118(4). С. 118-121.

ОСОБЛИВОСТІ РОБОТИ ТРЕНЕРА З ДЗЮДО В СУЧАСНИХ УМОВАХ

Юлія Заболотня

Науковий керівник: к.фіз.вих., доцент Бойченко Н.В.

*Харківська державна академія фізичної культури
Харків, Україна*

Анотація. *Тези присвячені комплексному дослідженню специфіки роботи тренера з дзюдо в сучасних умовах. Розкриваються основні функції тренера, його роль у підготовці спортсменів, а також вимоги, які висуваються до його професійної компетентності. Зроблено акцент на нових тенденціях у розвитку дзюдо та на тому, як тренер має адаптувати свою роботу до мінливих умов.*

Ключові слова: *дзюдо, тренер, функції тренера, професійна компетентність, нові тенденції, педагогічні технології, інноваційні методи тренувань.*

Вступ. Дзюдо – це бойове мистецтво та вид спорту, який користується все більшою популярністю в Україні та світі. Успіхи українських дзюдоїстів на міжнародній арені свідчать про високий рівень підготовки спортсменів та про ефективність роботи тренерів.

У сучасному світі, де спорт постійно розвивається, а вимоги до спортсменів зростають, роль тренера стає ще більш значущою. Тренер з дзюдо не лише навчає технічним прийомам та тактиці ведення бою, але й формує особистість спортсмена, виховує в ньому такі якості, як воля до перемоги, дисципліна, відповідальність, співпраця, командний дух [2].

Мета та завдання дослідження. *Метою даного дослідження є вивчення особливостей роботи тренера з дзюдо в сучасних умовах, враховуючи нові тенденції розвитку спорту.*

Завданнями дослідження є: