

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:

1. Розкрити основні функції тренера з дзюдо та проаналізувати його роль у підготовці спортсменів.

2. Визначити вимоги, які висуваються до професійної компетентності тренера.

3. Вивчити нові тенденції в розвитку дзюдо та їх вплив на роботу тренера.

4. Описати інноваційні методи тренувань та педагогічні технології, які використовують сучасні тренери з дзюдо.

Матеріал і методи дослідження. Для досягнення мети та завдань дослідження використовувалися такі методи: аналіз наукової літератури; вивчення нормативних документів; спостереження за тренувальним процесом; інтерв'ю з тренерами та спортсменами.

Результати дослідження та їх обговорення. Аналіз наукової літератури та вивчення нормативних документів дозволив виявити, що тренер з дзюдо виконує такі основні функції: **навчальна:** розробка та реалізація навчальних програм; проведення тренувальних занять; навчання спортсменів технічним прийомом та тактиці ведення бою; контроль рівня підготовки спортсменів тощо. **Виховна:** формування особистості спортсмена; виховання таких якостей, як воля до перемоги, дисципліна, відповідальність, співпраця, командний дух; розвиток моральних та етичних принципів. **Тренувальна:** розробка індивідуальних планів тренувань; контроль виконання тренувальних планів; проведення спарингів та інших тренувальних змагань; підготовка спортсменів до змагань. **Контрольно-вимірвальна:** проведення тестування та контрольних тренувань; оцінка рівня підготовки спортсменів; аналіз результатів змагань. **Організаційно-методична:** планування та організація тренувального процесу; участь у змаганнях та інших спортивних заходах тощо [1, 2, 4].

Інтерв'ю з тренерами та спортсменами дзюдо дозволило виявити, що тренер з дзюдо відіграє ключову роль у підготовці спортсменів до досягнення успіхів на змаганнях. Він повинен не лише навчати їх технічним прийомом та тактиці ведення бою, але й розвивати їх фізичні та психологічні якості, формувати їх волю до перемоги, вчити їх долати труднощі та ставити перед собою амбітні цілі.

Також встановлено вимоги до професійної компетентності тренера. Тренер з дзюдо повинен мати глибокі знання теорії та практики дзюдо, володіти високим рівнем технічної майстерності, мати педагогічні здібності, бути фізично підготовленим та мати організаторські здібності. Крім того, він повинен постійно вдосконалювати свої знання та навички, бути в курсі нових тенденцій у розвитку дзюдо та використовувати у своїй роботі інноваційні методи тренувань та педагогічні технології [2].

Нові тенденції в розвитку дзюдо мають вплив на роботу тренера. Так, у сучасному дзюдо все більшу увагу приділяється фізичній підготовці спортсменів, їх силі, витривалості та швидкості. Також зростає роль тактики та стратегії ведення бою. Тренери з дзюдо повинні враховувати ці тенденції у своїй роботі та використовувати такі методи тренувань, які дозволяють розвивати у спортсменів необхідні якості [4].

Розширення можливостей роботи тренера пов'язане з використанням інноваційних методів тренувань та педагогічних технологій [3, 5]. Сучасні тренери з дзюдо використовують у своїй роботі різні інноваційні методи тренувань та педагогічні технології, такі як: використання відеоматеріалів для демонстрації технічних прийомів; застосування комп'ютерних програм для аналізу техніки та тактики ведення бою; використання тренажерів для розвитку фізичних якостей; застосування психологічних тренінгів для підготовки спортсменів до змагань. Тренер з дзюдо повинен не лише навчати та тренувати спортсменів, але й надавати їм психологічну підтримку. Він повинен допомагати їм долати емоційні бар'єри, вірити у свої сили та налаштовуватися на перемогу. Тренер з дзюдо повинен бути зразком для своїх учнів не лише у спортивному, але й у етичному плані. Він повинен навчати їх спортивному поведженню, поважати своїх суперників та суддів, дотримуватися правил чесної гри [2].

Перспективи подальших досліджень у цьому напрямку будуть спрямовано на виявлення основних напрямків роботи тренера з дзюдо в сучасних умовах.

Висновки. Робота тренера з дзюдо є складною та багатогранною. Він повинен володіти глибокими знаннями та навичками, бути в курсі нових тенденцій у розвитку дзюдо та використовувати у своїй роботі інноваційні методи тренувань та педагогічні технології. Тренер з дзюдо не лише навчає та тренує спортсменів, але й формує їх особистість, виховує в них такі якості, як воля до перемоги, дисципліна, відповідальність, співпраця, командний дух. Він також відіграє важливу роль у психологічній підтримці спортсменів та навчанні їх етичному спортивному поведженню.

Список використаної літератури:

1. Алексєєв А.Ф., Юхно Ю., Серєда В.А., Перєта В.С., Рудєнко М.М. Дзюдо: *Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності, спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю та спортивних клубів.* ФДУ, 2019. 115 с.

2. Грибан Г.П., Філіна В.А. Формування професійної етики у тренерів з дзюдо. *Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка. Педагогічні науки*, (111), 2022. С. 246-261.

3. Данилко М., Толкач В. Сучасні уявлення про сутність і структуру діяльності тренера

<https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/3371/1/Danylko.pdf> (дата звернення: 11.04.2024).

4. Кузнецова І. Формування готовності майбутніх тренерів зі східних однокористів до професійної діяльності в дитячо-юнацьких спортивних школах. *Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук. 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти.* ВНЗ «Університет імені Альфреда Нобеля», 2020. Дніпро, Україна.

5. Ребрина А.А. Особливості професійно-педагогічної діяльності тренера-викладача з виду спорту та його професійно-важливі якості. *Науковий часопис*

КООРДИНАЦІЙНІ ЗДІБНОСТІ ЯК ВАЖЛИВИЙ АСПЕКТ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВЕСЛУВАЛЬНИКІВ-ПОЧАТКІВЦІВ

Маргарита Зінченко

Науковий керівник: викладач Лавриненко М.О.

Харківська державна академія фізичної культури

Харків, Україна

Анотація. *Досягнення високих спортивних результатів в умовах зростаючої конкуренції вимагає постійного вдосконалення технічної майстерності спортсменів. Одним з найбільш перспективних напрямків технічної підготовки спортсменів є вдосконалення координаційних здібностей. Уданий роботі досліджуються особливості розвитку координаційних здібностей веслувальників на початковому етапі підготовки.*

Ключові слова: *координаційні здібності, веслування на байдарках, технічна підготовка.*

Вступ. Технічна підготовка в веслуванні на байдарках і каное здійснюється в основному за рахунок вдосконалення швидкісно-силових характеристик, координації рухів і підвищення стійкості технічних дій до різних збиваючих факторів. Техніка веслування має складну структуру і вимагає прояву високого рівня розвитку ряду координаційних здібностей. Високі вимоги пред'являються до здатності підтримувати динамічну рівновагу [1]. Координаційні здібності є одним із найважливіших факторів, що визначають спортивні результати веслувальників. Вони дають можливість спортсменам точно, швидко і доцільно виконувати рухи в умовах мінливої обстановки. Розвиток координаційних здібностей особливо важливий для початківців, які тільки починають опановувати техніку веслування.

Мета дослідження: визначити особливості розвитку координаційних здібностей веслувальників початківців та дослідити фактори, що впливають на розвиток координаційних здібностей веслувальників початківців. **Завдання дослідження:** проаналізувати особливості розвитку координаційних здібностей веслувальників початківців.

Методи дослідження: теоретичний аналіз літератури та інформації мережі Інтернет, синтез та узагальнення.

Результати дослідження та їх обговорення. В. М. Платонов [2] розглядає координаційні здібності як окрему рухову якість. На його думку координаційні здібності - сукупність здібностей людини швидко засвоювати нові рухові дії та раціонально перебудовувати рухову діяльність в умовах несподіваної зміни ситуації. Такий підхід підкреслює важливість не лише самого виконання рухових дій, але й здатності адаптуватися до змін, що дозволяє досягати більш високого