

3. Єременко Н., Лю Ц., Ужвенко В. Історія розвитку веслування на човнах «Дракон» у Китаї та Україні. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*, 2023. 3К(162), С. 136-142. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.3K\(162\).27](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.3K(162).27)

4. Пеха Б., Пеха М. Веслування на човнах «Дракон» як найпопулярніша дисципліна Міжнародної федерації каное. *Актуальні проблеми фізичної культури, спорту та фізичного виховання : зб. матеріалів I Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. з міжнар. участю, 02 груд. 2020 р. Полтава : Національний університет імені Юрія Кондратюка*, 2020. С. 177-179.

5. Шість нагород везуть українські веслувальники на човнах «Дракон» з ЧС у Таїланді. Укрінформ: онлайн-газета. Режим доступу: <https://www.ukrinform.ua/rubric-sports/3748024-6-nagorod-vezut-ukrainski-vesluvalniki-na-covnah-dracon-z-cs-u-tailandi.html> (дата звернення: 13.04.2024).

ПОКАЗНИКИ КОНЦЕНТРАЦІЇ УВАГИ БАСКЕТБОЛІСТОК 12–13 РОКІВ

Сергій Помещиков

Науковий керівник: викладач Останкова О.І.

*Харківська державна академія фізичної культури
Харків, Україна*

Анотація. Встановлено, що баскетбол висуває дуже високі вимоги до уваги і її властивостей. Тестування показників концентрації уваги за тестом Пьєрона-Рузера встановило, що 16,6 % баскетболісток 12-13 років мали дуже високий рівень концентрації, 8,3 % – високий, 33,4 % – середній, 25,0 % – низький, 16,6 % – дуже низький.

Ключові слова: увага, концентрація, баскетболісти, тест Пьєрона-Рузера.

Вступ. Успішність виступу спортсменів у сучасних умовах вимагає не тільки високого рівня фізичної й техніко-тактичної підготовки, але й максимальної напруги психічних функцій [1, 2].

Велике значення в ігровій діяльності баскетболіста має розвиток різноманітних параметрів уваги, які сприяють, в свою чергу, більш чіткому протіканню психічних процесів (відчуттю, сприйняттю, мисленню) при виконанні ігрових дій, а це, у свою чергу, сприяє підвищенню ефективності змагальної діяльності [5]. Баскетбол висуває дуже високі вимоги до уваги і її властивостей. Так, в процесі гри баскетболісти повинні одночасно сприйняти з однаковим ступенем ясності і виразності декілька об'єктів або елементів. Вивчення даних властивостей уваги та їх практичне застосування в тренувальному процесі, спрямоване на розвиток усіх властивостей уваги, допоможе відкрити спортсменам додаткові резерви їх спортивної майстерності [4].

Мета: визначити параметри уваги у баскетболісток 12–13 років.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати значимість параметрів уваги для гравців у баскетбол.
2. Визначити показники концентрації уваги у баскетболісток 12–13 років.

Методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, психологічне тестування, методи математичної статистики.

Для визначення параметрів уваги використовувався тест Пьерона-Рузера. У дослідженні прийняла участь команда баскетболісток 12–13 років у кількості 12 досліджуваних. Дослідження проводилось на базі КЗ ДЮСШОР № 13 м. Харків.

Результати дослідження і їх обговорення. Аналіз отриманих показників із використанням тесту Пьерона-Рузера показав, що баскетболістки обробляли у середньому $79,1 \pm 8,36$ фігури, виконуючи при цьому $0,5 \pm 0,22$ помилки. Цей результат відповідає низькому рівню концентрації уваги.

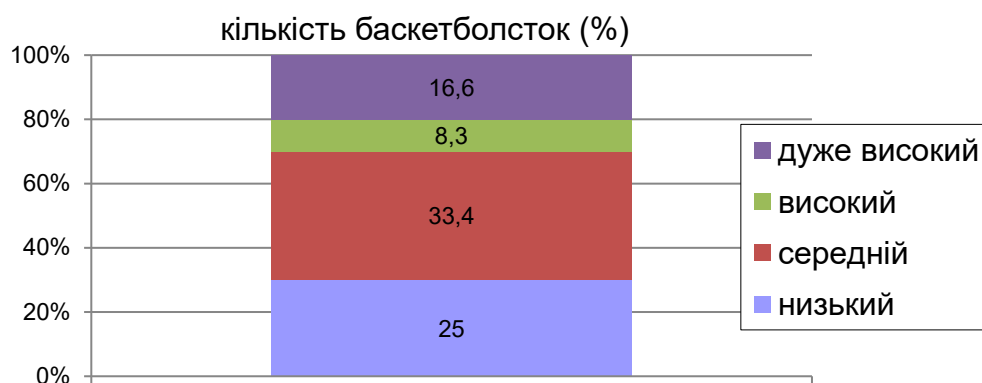


Рис. 1. Розподіл баскетболісток 12-13 років за рівнем концентрації уваги у тесті Пьерона-Рузера (відсотки)

Вивчаючи індивідуальні показники концентрації уваги баскетболісток за тестом Пьерона-Рузера встановлено, що 16,6 % мали дуже високий рівень концентрації, 8,3 % – високий, 33,4 % – середній, 25,0 % – низький, 16,6 % – дуже низький (рис. 1).

Висновки.

1. Аналіз науково-методичної літератури з проблеми психічних функцій баскетболістів свідчить про те, що ця проблема залишається актуальною і вимагає вирішення низки питань, серед яких є вивчення показників концентрації уваги.

2. Тестування показників концентрації уваги за тестом Пьерона-Рузера встановило, що 16,6 % баскетболісток 12-13 років мали дуже високий рівень концентрації, 8,3 % – високий, 33,4 % – середній, 25,0 % – низький, 16,6 % – дуже низький. Показник команди дівчат баскетболісток відповідає низькому рівню концентрації уваги, що спонукає до розробки засобів покращення у них концентрації уваги.

Перспективи подальших досліджень у цьому напрямку. Планується розробити засоби покращення концентрації уваги у баскетболісток 12–12 років.

Список використаної літератури:

1. Гант О., Мінюй Ч. Діагностика когнітивних функцій баскетболістів 12–14 років для індивідуалізації психологічної підготовки. *Спортивні ігри*. 2020. №.3 (17). С. 4–13. <https://doi.org/10.15391/si.2020-3.01>
2. Гант О., Мінюй Ч., Пушкар'єв Є. Стратегії психологічного супроводу баскетболістів 12-14 років через дистанційні платформи. *Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди "Психологія"*. 2023. №. 68. С. 359–374.
3. Мітова О., Івченко О. Контроль параметрів уваги у баскетболістів на етапі попередньої базової підготовки. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2015. №. 5. С. 74–77.
4. Помещикова І. П., Пащенко Н. О., Кудімова О. В. Стан властивостей уваги баскетболістів студентської команди. *Здоров'є, спорт, реабілітація*. 2016. №. 4. С. 51–56.
5. Чуча Н. І. Визначення рівня параметрів уваги студенток–баскетболісток *Наукові конференції Харківської державної академії фізичної культури*. 2016. С. 240–243.

УДОСКОНАЛЕННЯ ШВИДКІСНО-СИЛОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ ЮНИХ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ

Єва Прокопенко

Науковий керівник: к.фіз.вих., доцент Пасєвський В.В.

*Харківська державна академія фізичної культури
Харків, Україна*

Анотація. У тезах розглянуті питання розвитку швидкісно-силових здібностей юних волейболістів, їх розвиток та вплив на виконання технічних прийомів під час гри.

Ключові слова: швидкість, вибухова сила, швидкісно-силові якості, стартова сила.

Вступ. У роботі швидкісно-силового характеру істотна роль відводиться швидкої і вибухової силі. Рівень їх розвитку для волейболістів має провідне значення, так як час виконання змагальних дій швидкісно-силового характеру (подача, блокування, передачі або удар м'яча) під час гри обмежена, і вони повинні виконуватися з високою швидкістю. Однак, для гри у волейбол також не менш важливим є здатність багаторазового прояву даних якостей з мінімальними паузами відпочинку, що говорить про важливість розвитку рівня їх швидкісно-силових якостей [2, 4].

Прояв вибухової сили включає в себе три компоненти і кількісно визначається такими властивостями нервово-м'язового апарату, як максимальна сила м'язів, здатність до швидкого прояву зовнішнього зусилля на початку робочого напруження м'язів (стартова сила), здатність до нарощування робочого зусилля в процесі розгону переміщуваної маси (вибухова сила). В умовах спортивної діяльності вибухова сила проявляється в ізометричному і