

III. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

правил змагань. Систематизовані дані про основні характеристики змагальної діяльності у фехтуванні на різних видах зброї.

Ключові слова: фехтування, види зброї, змагальна діяльність, прийоми, бойові дії.

ОСОБЕННОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ФЕХТОВАНИИ НА РАЗЛИЧНЫХ ВИДАХ ОРУЖИЯ

Алина Улан

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины

В работе осуществлен анализ соревновательной деятельности в фехтовании на разных видах оружия. Результаты исследования позволили выявить характерные особенности фехтования, представить арсенал наиболее часто используемых фехтовальщиком приемов и боевых действий, запрещенные приемы и действия в определенном виде оружия в соответствии с правилами соревнований. Систематизированы данные об основных характеристиках соревновательной деятельности в фехтовании на разных видах оружия.

Ключевые слова: фехтование, виды оружия, соревновательная деятельность, приемы, боевые действия.

FEATURES COMPETITIVE ACTIVITY IN FENCING IN VARIOUS KINDS WEAPONS

Alina Ulan

National University of Physical Education and Sport of Ukraine

In this work was made analysis of competitive activity in fencing on various types of weapons. Results of the study allowed to define the characteristic features of fencing, to present arsenal of the most commonly used techniques and combat operations, illegal techniques and combat operations in a certain types of weapons in accordance with the rules of the competition. Were systematized data of the main characteristics of competitive activity in fencing on various types of weapons.

Key words: fencing, types of weapons, competitive activity, techniques, combat operations.

СПЕЦИФИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПЕРИОДИЗАЦИИ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ ФУТБОЛИСТОВ В УСЛОВИЯХ ИРАКА

Халаф Садек Древел

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины

Актуальность. Известные события, которые произошли в Ираке в последнее десятилетие нашли свой отражение в различных сферах общественно-политической жизни Ирака, в том числе в спорте. Негативное социально-экономическое развитие общества не могло не затронуть экономические, организационные и методические основы футбола в стране. Это отразилось на подготовке ведущих футболистов Ирака и, как следствие, снижении спортивного результата ведущих команд страны на внутренней и зарубежной арене. Одновременно специалисты отметили высокий социальный запрос на футбол как социально значимый фактор общественной жизни Ирака [3]. Это позволило не только восстановить организационные структуры и обеспечение вида спорта, но сформировать предпосылки к дальнейшему развитию вида спорта в стратегических направлениях, в том числе в направлении научно-методического обеспечения подготовки спортсменов. Предпосылками для этого является серьезный интерес специалистов Ирака к современным научно-методическим разработкам в системе спортивной подготовки спортсменов высокого класса в футболе в мире, в частности в тех странах, где существующие научно-методические основы подготовки спортсменов высокого класса, при отсутствии значительной материально-технической базы позволили успешно разработать и реализовать современные технологии спортивной подготовки спортсменов высокого класса и достичь весомых спортивных успехов. Это относится к системе футбола в Украине, где сформированы и продолжают совершенствоваться технологии подготовки футболистов высокого класса. При этом, они основаны на системных принципах научного анализа спортивных и смежных дисциплин, обобщенные в

теории спорта и реализованные с учетом специфики подготовленности в различных видах спортивной деятельности, в том числе в футболе [1,2,3].

В связи с этим, решение этой проблемы для Ирака основано на поиске пути реализации системных принципов теории спорта с учетом специфике организации футбола Ирака. Эти направления были реализованы в данном исследовании на основании имплементации теории периодизации спортивной тренировки [4] в условия спортивной подготовки футболистов Ирака. Разработка и обоснование специфических условий периодизации подготовки Ирака сформировали научно–методическую основу для дальнейшей разработки и внедрения факторов совершенствования системы управления тренировочным процессом футболистов Ирака на уровне систем планирования, моделирования и прогнозирования, контроля, отбора и моделирования, разработки в конечном итоге системы тренировочных воздействий.

Цель. Выяснить специфические особенности реализации системных принципов теории спорта в структуре спортивной тренировки ведущих футболистов Ирака.

Связь исследований с темами НИР. Исследования являются частью научно–исследовательской работы, проводимой согласно сводного плана НИР в сфере физической культуры и спорта по теме 1.8. «Построение подготовки и соревновательной деятельности спортсменов в олимпийских циклах на этапе многолетнего совершенствования», № госрегистрации0112U003205.

Методы исследований: Анализ и обобщение данных специальной литературы, информации сети Интернет, экспертная оценка проблемы, метод беседы. В экспертном опросе приняли участие 20 специалистов Ирака по футболу, которые принимали участие в реализации программы подготовки футбольного клуба Аль–Нафт. Достоверность статистического анализа подтверждена коэффициентом Кетвелла. Для уточнения мнения экспертов по конкретному вопросу проводился анализ различий (CV) мнений экспертов по конкретному вопросу.

Ответы на вопросы предполагали количественную оценку (баллы 1– 3– 5, где 1 – отрицательный ответ, 3–возможно положительный, 5 – уверенный положительный ответ) конкретного фактора, связанного с проблемой реализации системных принципов периодизации спортивной тренировки в практике футболистов Ирака.

Результаты исследований. При составлении программы спортивной тренировки футбольного клуба Ирака были реализованы следующие системные принципы теории периодизации спортивной тренировки [4]:

Тренировочные занятия преимущественной направленности объединены в микро и мезоструктуры структуры спортивной тренировки. На этой основе сформированы периоды и макроциклы годового цикла подготовки. Количественные и качественные характеристики тренировочных занятий, микро и мезо структуры макроцикла нацелены на формирование срочных и долгосрочных адаптационных реакций в процессе рационального сочетания тренировочных нагрузок и восстановления, реализации микро и мезо структур на основе системных принципов теории спорта при учете специфических особенностей организации календаря соревнований премьер–лиги Ирака.

В соответствие с целевыми установками спортивной тренировки в течение годового цикла была выбрана стратегия периодизации спортивной тренировки. Она была выбрана на основе анализа структуры соревновательной деятельности и календаря соревнований в течение года. Показано, что на этой основе могут быть сформированы элементы структуры макроцикла, которые обеспечивают реализацию фазы достижения, сохранения и утраты спортивной формы в зависимости от целевых установок годового цикла спортивной подготовки футболистов.

III. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

В зависимости от календаря соревнований, в частности длительности периода приобретения спортивной формы была обеспечена взаимосвязь микро и мезоструктуры в процессе организации взаимосвязанных этапов общей и специальной физической подготовки в подготовительном периоде подготовки годичного цикла квалифицированных футболистов, а также принципов формирования подготовительных периодов подготовки в различных макроциклах годичного цикла спортивной тренировки в футболе. В зависимости от длительности межигровых циклов спортивной подготовки была обеспечена взаимосвязь одно и многопиковых соревновательных микроциклов в зависимости от плотности календаря и времени, отведенному на меж игровые циклы подготовки.

Были реализованы принципы интеграции апробированных ранее и экспериментальных (с учетом специфики соревновательной организации соревновательной деятельности в регионе мира) подходов к организации ударных, подводящих и соревновательных микроциклов спортивной подготовки. Было показано, что интегрированное применение экспериментальных и апробированных подходов к системе планирования, моделирования и контроля спортивной подготовки обеспечивает более высокий спортивный результат по итогам спортивного сезона.

На этой основе была разработана концепция периодизации спортивной подготовки ведущих футболистов премьер-лиги Ирака. Она включает алгоритм действий по организации и планированию системы спортивной тренировки основанный на системных принципах теории спорта, которые обеспечивают рациональное сочетания микро, мезо и макро структур спортивной тренировки футболистов высокого класса, а также учитывают специфические особенности организации спортивной подготовки в Ираке. Показано, что структура спортивной подготовки футболистов Ирака усовершенствована таким образом, что она представляет собой систему, где снижение или увеличение эффективности одного из компонентов системы снижает или увеличивает эффективность всей системы спортивной тренировки в течение годичного цикла. На принципах рационального сочетания построена иерархия структурных компонентов макроциклов, а также самих макроциклов, объединенных в единый сформированный годичный цикл в течение длительного соревновательного сезона.

Очевидно, что системные принципы теории спорта могут быть реализованы в специфических условиях подготовки футболистов Ирака, вместе с тем, нельзя не учитывать тот факт, что в процессе их применения возникали определенные вопросы, которые были связаны со спецификой спортивной тренировки, характерной для местных условий.

Для выяснения специфики и особенностей реализации спортивной подготовки в футбольном клубе Ирака, был проведен экспертный опрос. специалистов (тренеров, менеджеров, ведущих футболистов клуба), которые были задействованы в проведение эксперимента.

Специалистам были заданы следующие вопросы. В процессе беседы были раскрыты детали ответов, которые позволили уточнить мнение респондентов.

I. Как вы оцениваете необходимость модернизации системы спортивной тренировки футболистов Ирака?

Структура оценки составила 78,9% баллов получила уверенно положительная оценка, 15,8% баллов возможно положительная, отрицательная – 5,3% баллов.

В процессе беседы респонденты обращали внимание на необходимость учета специфических факторов, которые оказывали влияние на реализацию спортивной подготовки в конкретных условиях Ирака.

III. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

II. Как Вы оцениваете степень влияния возможности реализации в системе подготовки футболистов Ирака следующих факторов на реализацию программы тренировки? (структура ответа включала оценку соответственно 1 – уверенно положительно; 2 – возможно положительно; 3 – отрицательно)

1. Религиозные факторы – 48,6%; 50,0%; 1,4%
2. Климатические факторы – 95,7%; 3,2%; 1,1%
3. Организационные факторы – 39,1%; 56,3 %; 4,7%
4. Медицинские факторы – 88,9%; 10,0%; 1,1%

Из представленных данных видно, что мнение экспертов сформировано относительно учета климатических и медицинских факторов. По вопросам религии и организационных проблем мнения экспертов разошлись.

III. Как Вы оцениваете влияние программы на повышение эффективности спортивной тренировки в течение года? Респондентам было предложено оценить значение каждого фактора в соответствии со значимостью каждого из них. Степень согласованности мнений находился на уровне выше среднего, коэффициент конкордации $W=0.65$.

1. Новые подходы к организации спортивной тренировки в Ираке Вы считаете наиболее удачными – 5 баллов;
2. Новые подходы к организации спортивной тренировки в Ираке требуют уточнения – 3 балла;
3. Новые подходы к организации спортивной тренировки в Ираке Вы считаете не могут быть использованы в системе подготовки Ирака – 1 балл.
 - ✓ Новая структура спортивной тренировки – $4,7 \pm 0,7$; $CV=15,2\%$
 - ✓ Новые подходы к организации и проведению тренировочных занятий (проведение тренировочных занятий 2 раза в день) – $4,3 \pm 1,0$; $CV=22,3\%$
 - ✓ Новые подходы в формированию тренировочных нагрузок в занятии – $3,0 \pm 1,1$; $CV=36,5$
 - ✓ Новые подходы к организации системы восстановления и стимуляции работоспособности – $2,9 \pm 1,5$; $CV=51,0$

В результате проведенного статического анализа установлено, что ключевым фактором совершенствования системы спортивной подготовки футболистов Ирака является модернизация структуры спортивной подготовки в течение годового цикла. Об этом свидетельствует высокий уровень среднего значения критерия значимости и сниженный уровень индивидуальных различий показателя. Также отмечена положительная тенденция к пониманию необходимости совершенствования организационных сторон спортивной тренировки, в частности организации двухразовых тренировочных занятий в течение одного дня. Вместе с тем очевидно, требует проведения дополнительного анализа и систематизации подходов к планированию тренировочных нагрузок различной величины и направленности, в частности приведение в соответствие с целевыми установками тренировочного процесса занятий с большими нагрузками, а также занятий с малой или средней восстановительной или стимуляционной направленности.

Обсуждение результатов исследований. Из представленных данных видно, что у специалистов футбола Ирака не вызывает сомнения необходимость совершенствования структуры годового цикла на основании предложенных системных принципов периодизации спортивной тренировки в течение года.

В результате проведения экспертного анализа установлено, что мнение экспертов согласовано по ряду вопросов. Первое это необходимость модернизации, а также необходимость и возможность применения новой структуры спортивной тренировки в течение годового цикла. Понимание необходимости структурных

III. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

изменений в системе спортивной подготовки футболистов высокой квалификации не вызывает сомнения. При этом, не вызывает сомнения необходимость учета климатических и медицинских факторов обеспечения реализации новой структуры спортивной тренировки. Обращает на себя внимание различия мнения о значимости религиозных и организационных факторов в новых структурах подготовки. присутствует определенное противоречие между необходимостью сохранения социально-религиозных традиций и подчинения распорядка дня структурным требованиям спортивной тренировки. в беседе установлено, что в социальных условиях Ирака эти противоречия могут быть устранены, при условии учета ряда религиозных традиций и особенностей их исполнения в жизни страны. В частности, предложенная структура может учитывать, как крупные религиозные праздники (переходной период подготовки может быть запланирован в период Рамадана), так и время ежедневных религиозных обрядов, в том числе при проведение двух тренировочных занятий в течение дня.

В процессе экспертного анализа установлена значимость каждого их факторов, которые обеспечивают модернизацию спортивной подготовки в течение годового цикла. При подтверждении значимости необходимости формирования новой структуры годичной подготовки установлена необходимость проведения дополнительного анализа с целью уточнения специфики реализации компонентов структуры процесса модернизации системы спортивной подготовки, выделения проблем, требующих решения или, что немаловажно в условиях Ирака разъяснения с точки зрения системных принципов теории спорта. В связи с этим требует обоснования необходимости проведения двух тренировочных занятий в течение дня. В беседе установлено, что с учетом специфики Ирака может быть использован принцип основных и дополнительных тренировочных занятий. В системе подготовки Ирака речь идет об оптимизации спортивной тренировки в первой половине дня, которая часто связана с проведением занятий, неопределенных с точки зрения величины и направленности нагрузки, без соответствующего обоснования количественных и качественных характеристик занятий (зарядка, индивидуальные занятия и др.). Требуется объяснения необходимости использования больших тренировочных нагрузок. В беседе установлено, что этот принцип может быть реализован при усовершенствовании подхода к организации системы восстановления и стимуляции работоспособности. Это требует формирования понимания современной системы восстановления и стимуляции работоспособности и принципов их реализации в системе подготовки в футболе.

Выводы

1. Представлены факторы обеспечения системы совершенствования структуры годового цикла на уровне реализации микро, мезо и макро структур годового цикла подготовки в конкретных условиях спортивной тренировки ведущих футболистов Ирака.

2. К наиболее значимым факторам относят принципы формирования структуры годового цикла в соответствии с теорией периодизации спортивной тренировки в течение года, при этом отмечено понимание роли и места климатических и медицинских факторов в системе обеспечения спортивной подготовки.

3. Показаны факторы, реализация которых в системе подготовки футболистов Ирака требует уточнения или направленного совершенствования. Показана необходимость проведения специального анализа с целью формирования подходов на основе учета религиозных и социальных факторов обеспечения системы спортивной подготовки. Требуется обоснования возможности приведение в

соответствие с целевыми установками тренировочного процесса занятий с большими нагрузками, а также занятий с малой или средней нагрузкой восстановительной или стимуляционной направленности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Костюкевич В.М. Моделирование соревновательной деятельности в хоккее на траве: монография / В.М. Костюкевич. – К.: Освіта України, 2010. - 564 с.
2. Лисенчук Г.А. Управление подготовкой футболистов: монография / Г.А. Лисенчук. - Киев: Олимпийская литература, 2003. - 272 с
3. Мичуда Ю.П. Среда маркетинга футбольных клубов Ирака. Физическое воспитание студентов / Ю.П. Мичуда, Ф. Ридха // Научный журнал. - Харьков, ХООНОКУ-ХГАДИ, 2012. - № 1. - С. 70-74
4. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение / В.Н. Платонов. – К.: Олимп. лит., 2013. – 624 с.

АННОТАЦИИ

СПЕЦИФИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПЕРИОДИЗАЦИИ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ ФУТБОЛИСТОВ В УСЛОВИЯХ ИРАКА

Халаф Садек Древел

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины

Представлены факторы обеспечения системы совершенствования структуры годичного цикла на уровне реализации микро, мезо и макро структур годичного цикла подготовки в конкретных условиях спортивной тренировки ведущих футболистов Ирака. К наиболее значимым факторам относят принципы формирования структуры годичного цикла в соответствии с теорией периодизации спортивной тренировки в течение года, при этом отмечено понимание роли и места климатических и медицинских факторов в системе обеспечения спортивной подготовки. Показана необходимость проведения специального анализа с целью формирования подходов на основе учета религиозных и социальных факторов обеспечения системы спортивной подготовки. Требуется обоснование возможности приведения в соответствие с целевыми установками тренировочного процесса занятий с большими нагрузками, а также занятий с малой или средней нагрузкой восстановительной или стимуляционной направленности.

Ключевые слова. Периодизация, футбол в Ираке, факторы совершенствования спортивной подготовки, структура годичного цикла

СПЕЦИФІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РЕАЛІЗАЦІЇ ПЕРІОДИЗАЦІЇ СПОРТИВНОГО ТРЕНУВАННЯ ФУТБОЛІСТІВ В УМОВАХ ІРАКУ

Халаф Садек Древел

Національний університет фізичного виховання і спорту України

Представлені чинники забезпечення системи вдосконалення структури річного циклу на рівні реалізації мікро, мезо і макро структур річного циклу підготовки в конкретних умовах спортивного тренування провідних футболістів Іраку. До найбільш значимих чинників відносять принципи формування структури річного циклу у відповідність з теорією періодизації спортивного тренування впродовж року, при цьому відмічено розуміння ролі і місця кліматичних і медичних чинників в системі забезпечення спортивної підготовки. Показана необхідність проведення спеціального аналізу з метою формування підходів на основі обліку релігійних і соціальних чинників забезпечення системи спортивної підготовки. Вимагає обґрунтування можливості приведення у відповідність з цільовими установками тренувального процесу зайняття з великими навантаженнями, а також зайняття з малим або середнім навантаженням відновної або стимулюючої спрямованості.

Ключові слова. Періодизація, футбол в Іраку, чинники вдосконалення спортивної підготовки, структура річного циклу

SPECIAL FEATURES OF THE IMPLEMENTATION OF PERIODIZATION SPORTS TRAINING FOOTBALL PLAYERS IN THE IRAQ

Sadeq Drewil Khalaf

National University of Physical Education and Sport of Ukraine

The factors of providing of the system of perfection of structure of circannual cycle are presented at the level of realization micro, mezo and macro structures of circannual cycle of preparation in the certain terms of the sport training of leading footballers of Iraq. To the most meaningful factors take principles of forming of structure of circannual cycle in accordance with the theory of division into periods of the sport training during a year, understanding of role and place of climatic and medical factors is here marked in the system of providing of sport preparation. The necessity of realization of the special analysis is shown with the purpose of forming of approaches based on account of religious and social factors of providing of the system of sport preparation. A Requires justification in accordance with the having a special purpose options of training process of reading requires the ground of possibility with the large loading, and also reading with the small or middle loading of restoration or stimulant orientation.

Key words. A division into periods, football in Iraq, factors perfection of sport preparation, structure of annual cycle.

СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ РОЗВИТКУ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ 13-14 РОКІВ

Ольга Ханюкова, Ярослав Малойван, Анелія Мицак

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень та публікацій. Сучасний волейбол – атлетична гра, що ставить високі вимоги до рухових здібностей людини та її функціональних можливостей, характеризується високою напруженістю ігрових дій, які вимагають від спортсменів максимальних м'язових зусиль і вміння виявляти їх у швидко мінливій обстановці протягом великого відрізка часу [4, 13, 15]. Гра, що продовжується до 2 годин містить безліч технічних прийомів, раптових, швидких переміщень, стрибків, падінь. Оволодіння технікою гри можливе лише при відповідному рівні розвитку загальних і спеціальних якостей волейболістів у процесі загальної й спеціальної фізичної підготовки. Зростають вимоги до рівня фізичної, техніко-тактичної, функціональної та психологічної підготовки спортсменів [1, 2, 8, 9].

Напружений та, як правило, довгий змагальний сезон диктує нові правила підготовки, як висококваліфікованих, так і юних гравців. У таких умовах виникає необхідність збереження здоров'я спортсмена, швидкого відновлення після отриманих травм та його повернення до тренувального і змагального процесу [6, 12, 14].

Фізична підготовка волейболіста спрямована на розвиток основних рухових якостей, необхідних у спортивній діяльності [3, 15]. У той же час фізична підготовка нерозривно пов'язана з підвищенням рівня техніко-тактичної підготовленості, зі зміцненням органів та систем, з підвищенням загального рівня функціональної підготовленості та зміцненням здоров'я волейболістів [4, 5, 7, 11]. Спортивна працездатність перебуває в тісному взаємозв'язку з функціональним станом серцево-судинної системи, яка є однією з важливих ланок у системі транспорту кисню до м'язів, що працюють. Провідна роль серцево-судинної системи особливо проявляється під час роботи з максимальною та великою потужністю. Тому розробка методики планування тренувальних навантажень юних волейболістів з урахуванням особливостей змагальної діяльності спрямованих на підвищення рівня функціональних можливостей спортсменів є актуальною та своєчасною.

Мета дослідження: розробити методику вдосконалення функціональних можливостей організму волейболістів 13-14 років.