

/ Материалы отчетно-научной конференции преподавателей НПУ имени М.П. Драгоманова за 2007 рік "Единство учебы и научных исследований - главный принцип университета". Киев 5-6 февраля 2008, с.15-17.

8. Арзютов Г.Н. БОРЬБА НА ПОЯСАХ (историческое эссе)/ Г.Н Арзютов, В.Н.Грищенко, Г. Вилейта, Д.Н. Лахно, П.И. Чижаев, Э.Т. Фединяк/ Научный Журнал НПУ имени М.П. Драгоманова. Серия № 15. "Научно-педагогические проблемы физической культуры /физическая культура и спорт/" 36. научных трудов/ Под ред. Г. М. Арзютова. - К.: НПУ имени М.П. Драгоманова, 2010. - Выпуск 5. - с.3-11.

*Передерій Аліна, Мельник Валерій, Семеряк Зоряна, Пітин Мар'ян
Львівський державний університет фізичної культури*

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКИ ПОКАЗНИКІВ ТАКТИЧНИХ ДІЙ У НАПАДІ ГАНДБОЛІСТІВ НА ЕТАПІ ПІДГОТОВКИ ДО ВИЩИХ ДОСЯГНЕНЬ

Удосконалення тактичної підготовки кваліфікованих гандболістів можливе на основі знань про структуру та зміст їхньої змагальної діяльності та зокрема наявних взаємозв'язків. Мета дослідження: визначити взаємозв'язки між показниками тактичних дій у нападі гандболістів на етапі підготовки до вищих досягнень. За підсумками вивчення сукупності кореляційних даних визначено, що загальний спортивний результат утворює низку взаємозв'язків із такими показниками як загальна кількість виконаних кидків, кількість забитих у ворота кидків та загалом результативність кидків при позиційному нападі ($r = 0,53-0,68$ при $p \leq 0,01-0,001$).

Ключові слова: гандболісти, кваліфіковані, тактика, напад, показники, взаємозв'язки.

Передерій А., Мельник В., Семеряк З., Пітин М. Взаимосвязи показателей тактических действий в нападении гандболистов на этапе подготовки к высшим достижениям. Совершенствование тактической подготовки квалифицированных гандболистов возможно на основе знаний о структуре и содержании их соревновательной деятельности и, в частности имеющихся взаимосвязей. Цель исследования: определить взаимосвязи между показателями тактических действий в нападении гандболистов на этапе подготовки к высшим достижениям. По итогам изучения совокупности корреляционных данных определено, что общий спортивный результат образует ряд взаимосвязей с такими показателями как общее количество выполненных бросков, количество забитых в ворота бросков и в целом результативность бросков при позиционном нападении ($r = 0,53-0,68$ при $p \leq 0,01-0,001$).

Ключевые слова: гандболисты, квалифицированные, тактика, нападение, показатели, взаимосвязь.

Perederii A., Melnik V., Semeriak Z., Pitin M. Intercommunications of indexes of tactical actions in the attack of handballers on the stage of preparation to the higher achievements. The improvement of tactical preparation of skilled handballers is possible on the basis of knowledge about a structure and maintenance of their contention activity and in particular present intercommunications. Research aim: to define intercommunications between the indexes of tactical actions in the attack of handballers on the stage of preparation to the higher achievements. It is set that general has results of game intercommunications of different closeness with the indexes of implementation of tactical actions in an attack. On results the study of totality of cross-correlation data certainly, that a general sport result forms the row of intercommunications with such indexes as a common amount of the executed throws, amount of the throws driven in a gate and on the whole effectiveness of throws at a position attack ($r = 0,53 - 0,68$ at $p \leq 0,01 - 0,001$). The increase of amount of the balls driven in the gate of opponent after group cooperations conduces to the increase of general effectiveness ($r = 0,79 - 0,92$ at $p \leq 0,001$). Taking into account it, it is possible to establish about relative constancy of general amount of the use of group cooperations of different character. It est backlogs to the improvement it costs to examine in an increase self of effectiveness of group tactical actions in an attack. The educed intercommunications of reliable values were purchased by those that touched the separate zones of localization (completion) of throws : between the general amount of throws and from them effective from a back line ($r = 0,52$ at $p \leq 0,01$), effective throws and on the whole effectiveness of throws from a back line ($r = 0,95$ at $p \leq 0,001$), between the general amount of throws from them effective and on the whole reliable intercommunications ($r = 0,80$ and $0,47$ at $p \leq 0,001$ and $0,05$ accordingly) are present effectiveness. Totalities of intercommunications between throws with different localization of implementation specifies on a necessity them complex improvement and practically absence of possibility of grant of advantage one of them.

Key words: skilled, handballers, tactics, attack, indexes, intercommunication.

Постановка проблеми. Підвищення щільності змагальної діяльності у гандболі пов'язане зі змінами правил, а також зростанням психічних та фізичних навантажень, які вимагають від гандболістів активізації процесів мислення. Ці чинники висувають більші вимоги до тактичної підготовленості гандболістів. Недостатній рівень тактичної підготовленості не дозволяє ефективно реалізовувати спортсменам свій потенціал, що значно знижує можливості досягнення високого спортивного результату [1, 3, 4, 7, 9].

Зв'язок з науковими темами та планами. Роботу виконано відповідно до теми 2.4. «Теоретико-методичні основи індивідуалізації навчально-тренувального процесу в ігрових видах спорту» Зведеного плану НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2011–2015 рр.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Останнім часом фахівці значну увагу приділяють розробці моделей підготовки спортсменів [2, 5], що дозволяє внести корективи у їх навчально-тренувальний процес. В спортивних іграх дослідження були спрямовані лише на контроль і шляхи вдосконалення тактичної підготовки спортсменів [5, 6, 8, 10], а модельні характеристики розглядалися лише з позиції командних тактичних дій гравців. Індивідуальні тактичні дії розглядалися фахівцями лише в ракурсі функцій гравців і системи ведення гри [5]. Тому актуальним є удосконалення тактичної підготовки кваліфікованих гандболістів, що можливо проводити на основі знань про структуру та зміст їхньої змагальної діяльності та зокрема наявних взаємозв'язків.

Мета дослідження: визначити взаємозв'язки між показниками тактичних дій у нападі гандболістів на етапі підготовки до вищих досягнень (ПдВД).

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення, педагогічне спостереження, методи математичної статистики.

Організація дослідження. Для педагогічного спостереження взято сукупність змагальних ігор сезону 2009–2010 рр. команди «КДЮСШ-ЗСУ-ЛДУФК» (28 ігор). Аналізування змагальної діяльності проводилося за показниками: загальний результат гри, загальні показники результативних кидків по воротах та загальна кількість виконаних спроб, кількість спроб та з них результативних при тактичних діях у нападі, загальна кількість групових тактичних дій у нападі із диференціюванням за окремими видами, кидки з лінії (6-7 м перед воротами), із задньої лінії (9-10 м), з краю (6-7 м з боку від воріт) та семиметрові кидки.

Результати дослідження та їх обговорення. Проведене визначення кореляційних взаємозв'язків між показниками тактичних дій у нападі гандболістів на етапі ПдВД дало змогу уточнити спрямування тренувальних впливів та загалом окреслити завдання у межах удосконалення атаквальних тактичних дій. Важливого значення для забезпечення спортивного результату у грі набувають загальна кількість виконаних кидків за гру та кількість забитих у ворота кидків при виконанні індивідуальних тактичних дій ($r=0,42-0,43$ при $p\leq 0,05$). Можна зробити припущення, що ті тактичні дії, які виконуються індивідуально при їхній реалізації дають змогу досягнути завдань змагальної діяльності (табл. 1.).

Таблиця 1

Взаємозв'язки окремих показників тактичних дій у нападі в змагальній діяльності гандболістів на етапі підготовки до вищих досягнень (n=28)

Показники	Загальний результат гри	Показники тактичних дій у нападі гандболістів на етапі підготовки до вищих досягнень								
		загальна кількість тактичних дій у нападі за гру			групові тактичні дії у нападі за гру			індивідуальні тактичні дії у нападі за гру		
		заг. к-сть виконаних кидків	к-сть забитих у ворота кидків	результативність кидків у гр, %	заг. к-сть виконаних кидків	к-сть забитих у ворота кидків	результативність кидків у гр, %	заг. к-сть виконаних кидків	к-сть забитих у ворота кидків	результативність кидків у гр, %
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	x	0,42	0,69	0,75	0,17	0,70	0,75	0,37	0,43	0,28
2		x	0,82	0,62	0,75	0,79	0,58	0,42	0,58	0,60
3			x	0,95	0,39	0,89	0,88	0,68	0,80	0,65
4				x	0,16	0,83	0,93	0,69	0,79	0,59
5					x	0,60	0,22	-0,28	-0,02	0,36
6						x	0,91	0,32	0,36	0,32
7							x	0,54	0,58	0,35
8								x	0,91	0,42
9									x	0,76
10										x

Примітка. $r_{кр} (n=27) = 0,381$ при $p\leq 0,05$; $0,487$ при $p\leq 0,01$; $0,597$ при $p\leq 0,001$.

Поряд із зазначеними вище взаємозв'язками потрібно виокремити групу показників, які мають більш тісні взаємозв'язки ($p\leq 0,001$) із загальним результатом гри. Це кількість забитих у ворота суперника кидків та результативність кидків загалом у грі, кількість забитих у ворота кидків та їхня результативність при виконання групових взаємодій у нападі ($r=0,69-0,75$). Зауважимо, що два показники мали тісні взаємозв'язки різного рівня із усіма іншими показниками (груповими та індивідуальними тактичними діями у нападі), r від 0,39 до 0,95 при $p\leq 0,05-0,001$. Це загальна кількість виконаних кидків та кількість забитих у ворота суперників. Ми пов'язуємо це з тим, що для здобуття перемоги спортсменам необхідно провести якомога більшу кількість атак та у них максимально реалізувати змагальні ситуації із реалізації кидків. При цьому значення показників кореляції є дещо меншими для загальної кількості виконаних кидків, що може зумовлюватися різним співвідношенням (у окремих іграх) кидків після розвитку атаки за допомогою групових та індивідуальних тактичних дій. Проте, врахування абсолютних показників вказує, що у цьому співвідношенні абсолютне домінування на боці групових тактичних взаємодій у нападі. Схожа ситуація спостерігається для загальної результативності кидків у грі, де наявні взаємозв'язки із іншими показниками на рівні $r=0,59-0,93$ при $p\leq 0,001$. Виняток складають лише показник загальної кількості виконаних кидків ($r=0,16$ при $p>0,05$).

Незадовільна ситуація із показниками загальної кількості виконаних кидків після групових тактичних дій підтверджена відсутністю суттєвих взаємозв'язків із більшістю результативно-значущих показників тактичних дій у нападі в змагальній діяльності гандболістів на етапі підготовки до вищих досягнень (r від $-0,28$ до $0,36$). Вони присутні лише у випадку загальної кількості виконаних кидків у грі ($r=0,75$) та кількістю забитих у ворота кидків після виконання групових дій у нападі ($r=0,60$). На тлі малої кількості достовірних взаємозв'язків загальної кількості виконаних кидків після групових взаємодій у нападі маємо значно більшу кількість взаємозв'язків для результативних кидків після групових взаємодій. Це вказує на те, що підвищення кількості результативних кидків після групових взаємодій гандболістів на етапі ПдВД може привести до покращення загальної кількості тактичних дій у нападі за гру (кількість, результативних та результативності), загального результату гри ($r=0,60-0,83$ при $p\leq 0,01$). Однак найбільший рівень взаємозв'язку кількості забитих у ворота кидків зафіксовано із кількістю забитих у ворота кидків за гру та результативності кидків у грі після виконання групових взаємодій ($r=0,89$ та $0,91$ відповідно при $r=0,001$). Це дає змогу стверджувати, що саме результативні кидки після групових взаємодій мають вирішальне значення для утворення загального результату гри.

Важливим в обговоренні взаємозв'язків показників тактичних дій у нападі вважаємо те, що для результативності кидків після виконання групових взаємодій відсутній достовірний взаємозв'язок із загальною кількістю виконаних кидків (після групових дій). Це

вказує на те, що кваліфіковані гандболістів на етапі ПдВД не мають належного рівня реалізації таких кидків. Для індивідуальних тактичних дій у нападі в змагальній діяльності гандболістів на етапі ПдВД загалом спостерігається очікувана ситуація за якою, з більшістю показників тактичних дій у нападі наявні тісні взаємозв'язки (r від 0,42 до 0,91 при $p \leq 0,05-0,001$). Ми піддали кореляційному аналізу показники різновидів атаквальних дій (табл. 2).

Таблиця 2

Взаємозв'язки параметрів різновидів атаквальних дій у змагальній діяльності гандболістів на етапі підготовки до вищих досягнень (n=28)

Показники	Загальний результат гри	Варіанти розвитку атакуючих дій								
		позиційний напад			«прорив»			«відрив»		
		заг. к-сть виконаних кидків	к-сть забитих у ворота кидків	результативність кидків у гри, %	заг. к-сть виконаних кидків	к-сть забитих у ворота кидків	результативність кидків у гри, %	заг. к-сть виконаних кидків	к-сть забитих у ворота кидків	результативність кидків у гри, %
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	x	0,53	0,68	0,65	-0,11	0,30	0,42	-0,24	0,10	0,37
2		x	0,81	0,63	-0,26	0,08	0,45	-0,55	-0,09	0,60
3			x	0,96	0,00	0,16	0,20	-0,26	0,09	0,38
4				x	0,11	0,16	0,07	-0,10	0,18	0,24
5					x	0,51	-0,63	0,43	0,11	-0,42
6						x	0,29	0,07	0,07	0,01
7							x	-0,41	-0,06	0,49
8								x	0,70	-0,55
9									x	0,18
10										x

Примітка. $r_{кр}(n=27) = 0,381$ при $p \leq 0,05$; $0,487$ при $p \leq 0,01$; $0,597$ при $p \leq 0,001$.

За підсумками вивчення сукупності цих кореляційних даних можна стверджувати, що загальний спортивний результат утворює низку взаємозв'язків із такими показниками як загальна кількість виконаних кидків, кількість забитих у ворота кидків та загалом результативність кидків при позиційному нападі ($r = 0,53-0,68$ при $p \leq 0,01-0,001$). Також встановлено взаємозв'язок ($p \leq 0,05$) із кількістю забитих кидків у ворота після виконання прориву. Для позиційного нападу (його окремих показників) наявні особливості структури взаємозв'язків. Окрім уже обговорених цікавими є наступні: взаємозв'язок загальної кількості виконаних кидків у позиційному нападі із результативністю кидків у гри після прориву ($r=0,45$ при $p \leq 0,01$) та із результативністю кидків у гри після відриву ($r=0,60$ при $p \leq 0,001$). Таким чином можна стверджувати, що кваліфіковані гандболісти на етапі ПдВД демонструють пропорційне збільшення результативності за усіма можливими варіантами розвитку атаквальних дій. У структурі взаємозв'язків загальної кількості кидків у позиційному нападі зафіксований обернений взаємозв'язок із загальною кількістю виконаних кидків після відриву ($r=-0,55$ при $p \leq 0,01$).

Стосовно параметрів окремих показників атаквальних дій за допомогою прориву також зафіксовано відмінності. Для цього показника, зокрема загальна кількість виконаних кидків після прориву встановлені як позитивні, так і негативні взаємозв'язки. Позитивні із кількістю забитих у ворота кидків після прориву ($r=0,51$ при $p \leq 0,01$) та загальною кількістю кидків виконаних після відриву ($r=0,43$ при $p \leq 0,05$). Також для загальної кількості виконаних кидків після прориву наявні негативні взаємозв'язки із їхньою результативністю ($r=-0,63$ при $p \leq 0,001$) та результативністю кидків у гри після відриву ($r=-0,42$ при $p \leq 0,01$). Це вказує на наявність суттєвої проблеми, яка пов'язана із незадовільною якісною реалізацією та її стабільністю впродовж тривалого змагального періоду макроциклу. Підтвердженням цього є й взаємозв'язки результативності кидків у гри після прориву та загальної кількості виконаних кидків після відриву. Для них встановлена наявність позитивних кореляційних взаємозв'язків із абсолютними показниками ($r=0,49-0,70$ при $p \leq 0,01-0,001$) та від'ємних із відносними, зокрема результативністю ($r= -0,41-0,55$ при $p \leq 0,05-0,01$). Загалом встановлено незначну кількість достовірних кореляційних взаємозв'язків між показниками паралельних, схресних та комбінованих групових взаємодій (табл. 3).

Таблиця 3

Взаємозв'язки різновидів групових дій у нападі в змагальній діяльності гандболістів на етапі підготовки до вищих досягнень (n=28)

Показники	Види групових взаємодій								
	паралельні			схресні			комбіновані		
	заг. к-сть виконаних кидків	к-сть забитих у ворота кидків	результативність кидків у гри, %	заг. к-сть виконаних кидків	к-сть забитих у ворота кидків	результативність кидків у гри, %	заг. к-сть виконаних кидків	к-сть забитих у ворота кидків	результативність кидків у гри, %
1	2	3	4	5	6	7	8	9	
1	x	0,39	-0,26	0,19	0,34	0,33	0,21	-0,01	-0,10
2		x	0,79	0,19	0,53	0,50	0,26	-0,20	-0,37

3			x	0,05	0,33	0,31	0,14	-0,21	-0,33
4				x	0,40	0,01	-0,18	-0,04	0,03
5					x	0,92	0,08	0,15	0,16
6						x	0,20	0,19	0,14
7							x	0,59	0,24
8								x	0,92
9									x

Примітка. $r_{кр(n=27)} = 0,381$ при $p \leq 0,05$; $0,487$ при $p \leq 0,01$; $0,597$ при $p \leq 0,001$.

Серед них відзначимо наявні між загальною кількістю виконаних кидків та з них забитих після виконання «паралельних» групових взаємодій ($r = 0,39$ при $p \leq 0,05$). Окрім цього для показника кількості забитих у ворота кидків після паралельних групових взаємодій присутні взаємозв'язки високого рівня тісноти ($p \leq 0,01-0,001$) із результативністю кидків у грі ($r=0,79$), кількістю забитих у ворота кидків та результативність кидків у грі після схресних групових взаємодій ($r=0,53$ та $0,50$). Це вказує на те, що спортсмени на етапі ПдВД, які мають належний рівень тактичної підготовленості реалізують її в умовах виконання як паралельних та схресних групових взаємодій. Дещо неочікуваним виявилось те, що для показників групових паралельних та схресних взаємодій в змагальній діяльності гандболістів на етапі ПдВД відсутні взаємозв'язки із комбінованими взаємодіями. Варто відзначити, що для усіх групових взаємодій збільшення кількості забитих у ворота противника м'ячів веде до підвищення загальної результативності ($r=0,79-0,92$ при $p \leq 0,001$). Ураховуючи це, можна констатувати про відносну сталість загальної кількості використання групових взаємодій різного характеру.

Важливого значення для результативності має локалізація виконання результативних кидків по воротах (табл. 4).

Таблиця 4

Взаємозв'язки показників виконання кидків по воротах з різних позицій гандболістами на етапі підготовки до вищих досягнень (n=28)

Показники	Загальна кількість кидків та локалізація їх виконання											
	кидки за гру			з лінії			з задньої лінії			з країв		
	заг. к-сть виконаних кидків	к-сть забитих у ворота кидків	результативність кидків у грі, %	заг. к-сть виконаних кидків	к-сть забитих у ворота кидків	результативність кидків у грі, %	заг. к-сть виконаних кидків	к-сть забитих у ворота кидків	результативність кидків у грі, %	заг. к-сть виконаних кидків	к-сть забитих у ворота кидків	результативність кидків у грі, %
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	x	0,83	0,63	0,59	0,66	0,34	0,63	0,65	0,51	0,27	0,40	0,21
2		x	0,96	0,77	0,80	0,26	0,25	0,77	0,78	0,38	0,55	0,32
3			x	0,74	0,75	0,18	0,05	0,74	0,84	0,35	0,53	0,35
4				x	0,92	0,02	-0,16	0,36	0,48	0,31	0,38	0,16
5					x	0,40	-0,05	0,34	0,41	0,38	0,44	0,14
6						x	0,31	0,07	-0,05	0,16	0,15	-0,03
7							x	0,52	0,23	-0,35	-0,16	0,19
8								x	0,95	-0,05	0,07	0,16
9									x	0,06	0,14	0,13
10										x	0,80	-0,14
11											x	0,47
12												x

Примітка. $r_{кр(n=27)} = 0,381$ при $p \leq 0,05$; $0,487$ при $p \leq 0,01$; $0,597$ при $p \leq 0,001$.

Узагальнені показники за гру (кількість кидків, з них результативних та результативність) мають тісні взаємозв'язки ($r=0,63-0,96$ при $p \leq 0,001$). Із збільшенням кількості виконаних спроб та з них результативних із лінії ($r=0,66-0,92$ при $p \leq 0,001$) збільшується і загальна кількість й результативність кидків за гру. Цікавим є те, що до чинників які мають взаємозв'язок із загальною результативністю змагальної діяльності варто віднести результативні кидки і результативність кидків із задньої лінії та кількість результативних кидків із країв ($r=0,40-0,84$ при $p \leq 0,05-0,001$).

Доповнити зазначені вище дані можна взаємозв'язками, які утворені з одного боку кількістю забитих у ворота кидків з лінії та з іншого такими показниками як результативність кидків у грі з лінії, результативність кидків у грі з задньої лінії та кількість забитих у ворота кидків з країв ($r = 0,40-0,44$ при $p \leq 0,05$). Таким чином, із збільшенням показника одного із варіантів виконання кидка спостерігається збільшення й інших. З-поміж інших виявлених взаємозв'язків достовірних значень набули ті, які стосувалися окремих зон локалізації (завершення) кидків. Наприклад, між загальною кількістю кидків та з них результативних із задньої лінії ($r=0,52$ при $p \leq 0,01$), результативних кидків та загалом результативності кидків з задньої лінії ($r=0,95$ при $p \leq 0,001$). Високі значення коефіцієнту взаємозв'язку вказують на потребу акцентованого удосконалення кидків із задньої лінії. Це також пов'язано із тим, що на етапі ПдВД конкуренція між командами значно зростає, у порівнянні із попередніми етапами. Те саме спостерігається для показників кидків із країв. Між загальною кількістю кидків, з них результативних та загалом результативності присутні достовірні взаємозв'язки ($r=0,80$ та $0,47$ при $p \leq 0,001$ та $0,05$ відповідно).

ВИСНОВКИ. Загальний спортивний результат утворює низку взаємозв'язків із такими показниками як загальна кількість виконаних кидків, кількість забитих у ворота кидків та загалом результативність кидків при позиційному нападі ($r = 0,53-0,68$ при $p \leq 0,01-0,001$).

Для результативності кидків після виконання групових взаємодій відсутній достовірний взаємозв'язок із загальною кількістю виконаних кидків (після групових дій).

Наявність сукупності взаємозв'язків між кидками з різною локалізацією виконання вказує на необхідність їх комплексного удосконалення та практично відсутність можливості надання переваги одному з них.

ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ передбачають визначення кваліфікаційних особливостей структури та змісту змагальної діяльності гандболістів на різних етапах багаторічної підготовки.

ЛІТЕРАТУРА

1. Мельник В. Структура та ефективність командних атакуючих дій гандболістів різної спортивної кваліфікації / В. Мельник, В. Левків // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Л., 2008. – Вип.12, т. 1. – С. 199 – 203.
2. Мельник В. Структура та ефективність командних атакуючих дій гандболістів різної спортивної кваліфікації / В. Мельник, В. Левків // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Л., 2011. – Вип.15, т. 1. – С. 183 – 188.
3. Мельник В. Ефективність програми удосконалення атакуючих тактичних дій гандболістів на етапі підготовки до вищих досягнень / В. Мельник, М. Пітин // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2015. – №1 (19). – С. 38-45.
4. Пітин М. Теоретична підготовка в спорті : монографія / Мар'ян Пітин. – Л. : ЛДУФК, 2015. – 372 с. ISBN 978-966-2328-81-3.
5. Тищенко В. Структура та зміст змагальної діяльності кваліфікованих гандболісток / Тищенко В. // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2011. – №3 (5). – С. 42-49.
6. Acsinte E. Physical condition in high performance team handball / Acsinte E., Alexandru A. // European handball periodical. – 2007. – P. 2-12.
7. Dencikowska A. Piłka ręczna / A. Dencikowska. – Rzeszów : Mięka, 2012. – 192 p.
8. Doroshenko E.Y. Methods of perfection in football players' technical and tactical training in microcycles of the competition period / E.Y. Doroshenko // Olympic sport and sport for all : XVI International science congress. – Sofia, 2012. – P. 154-157.
9. Feldmann K. Theory of training in handball – between claim and reality [Electronic resource] / K. Feldmann – Access mode : <http://cms.eurohandball.com/PortalData/1/> (date of application : 15. 07. 2015).
10. Pokrajac B. Philosophy of attack in handball [Electronic resource] / B. Pokrajac // European handball federation. – 2007. – P. 1 – 7. – Access mode : http://home.eurohandball.com/ehf_files/Publikation/WP-Pokrajac-Philosophy%20of%20attack%20in%20handball_e.pdf (date of application : 12.04.2015).

Перета Валерія

Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника

ДИНАМІКА ПОКАЗНИКІВ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ ПІД ВПЛИВОМ ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ З ВИКОРИСТАННЯМ ЗАСОБІВ ОДНОБОРСТВ

Здійснюється останніми роками в освітньому процесі система оцінки фізичного стану студентів фізкультури заснувала на регулюючих вимогах, довів ефективність заходу в подальшому удосконаленні фізкультури університетів студентів України. Проте, незважаючи на широкий ряд дослідницьких специфічних університетів фізкультури сьогодні не знаходяться в результаті класів фізичного стану під впливом спорту. Це звичайно впливає на якість навчання і робить необхідним спеціальне дослідження, що проводить. Загальні характеристики фізичного стану студентів першого року восени на норми контролю комплексу зборів середніх результатів можуть бути визначені, як, будучи на грані оцінки "погано". У експериментальних військових мистецтвах програмного використання містять в собі теоретичні і практичні секції. Сумарна теоретична секція націлена в придбанні компетенції, яка сформувала основу для спонукання студентів до класів і спеціальних вправ до необхідності саморозвитку оздоровчих резервів. Практична секція програми, на додаток до засобів фізкультури генерала, включала військові мистецтва інструментів. Співвідношення інтенсивності порогу фізичної діяльності, середньої величини і піку 2: 3: 1. Знаходять, що при користуванні спеціальною програмою фізкультури розвивали важливі фізичні якості. Справжні зміни фізичного стану студентів в експериментальній групі після виконання програми.

Ключові слова: фізкультура, фізкультура, спорт, військові мистецтва.

Valerya Pereta. The evolution of the physical fitness of students influence of experimental programme the use of martial arts. Implemented in recent years in the educational process of physical education students physical fitness evaluation system based on regulatory requirements, proved the effectiveness of the measure in the further improvement of physical education of students universities of Ukraine. However, despite the wide range of research specific physical education university students today are not in the issue of physical fitness classes under the influence of sports. This certainly affects the quality of training and necessitates conducting special research. General characteristics of physical fitness of students of the first year in autumn on average results assembly complex control norms can be defined as being on the verge of evaluation "bad." In experimental program using martial arts encompass theoretical and practical sections. Summary theoretical section is aimed at acquiring expertise, which formed the basis for motivation of students to classes and special exercises to self-development needs of health reserves. The practical section of the program, in addition to general physical training facilities, included tools martial arts. The ratio of intensity of physical activity threshold, average and peak 2:3:1. Found that when using special physical training program developed important physical qualities. An authentic changes of physical fitness of students in the experimental group after the implementation of the program.

Key words: physical education, physical education, sports, martial arts.

Постановка проблеми та аналіз результатів останніх досліджень. Розбудова національної системи вищої освіти в Україні передбачає її гуманізацію та демократизацію, спрямовану на формування фахової еліти, здатної плідно працювати в нових соціально-економічних умовах [1, 4]. У цьому аспекті фізичному вихованню належить чільне місце як гуманітарній дисципліні, обов'язковій для студентів усіх вищих навчальних закладів України. Особливий статус навчальної дисципліни "Фізичне виховання"