

емоційний стан. Невміння подолати зайву емоційність, призводить до погіршення результатів і викликає страх перед сильними суперниками.

У 5% спортсменів (інтроверсія 1-12; нейротизм 1-12), переважає флегматичний тип темпераменту, що характеризує їх, як інтровертів, емоційно стійких спортсменів. Такі спортсмени більш стримані, вони стійко переносять стресові і інші нервові ситуації, залишаючись зовні незворушні. В процесі тренувальної діяльності маніпулювати групою таких спортсменів неможливо, так як вони мають свою особисту думку. Вони мають високу працездатність і терпінням, домагаючись результатів своєю працею.

Танцюристи з таким типом темпераменту здатні контролювати свої емоції і дії, які не підпадаючи під вплив тривоги.

У 53% спортсменів (екстраверсія 12-24; нейротизм 1-12), переважає сангвінічний тип темпераменту. Вони екстраверти, емоційно стійкі, рухливі, легко йдуть на контакт, з іншими людьми. Такі спортсмени швидко пристосовуються до різних умов тренувального і змагального процесу, що дає їм можливість бути лідерами. Такі спортсмени здатні швидко перемикаючи свою увагу, налаштовуватися на робочий процес і головне контролювати свій емоційний стан.

Спортсмени, які мають сангвінічний тип темпераменту здатні легко знаходити контакт в парі, не входячи в конфліктні взаємини. Танцюристи сангвініки адекватно оцінюють свої сили, їх рівень тривоги не перевищує середнього рівня. Невдачі, стимулюють їх до підвищення свого рівня підготовки і самовдосконалення. Емоційна стійкість дає можливість більше приділяти увагу технічним аспектам підготовки і не розтрачувати енергію на регуляцію негативного емоційного стану.

У 10% спортсменів (інтроверсія 0-12; 12-24 нестійкість), переважає меланхолійного типу темпераменту. Вони інтроверти, емоційно нестійкі, стримані у спілкуванні з іншими спортсменами. Таким спортсменам важко пристосуватися до різних змін тренувального процесу і новій обстановці, що призводить до зниження спортивних результатів і невдалому виступу на змаганнях (рис.1).

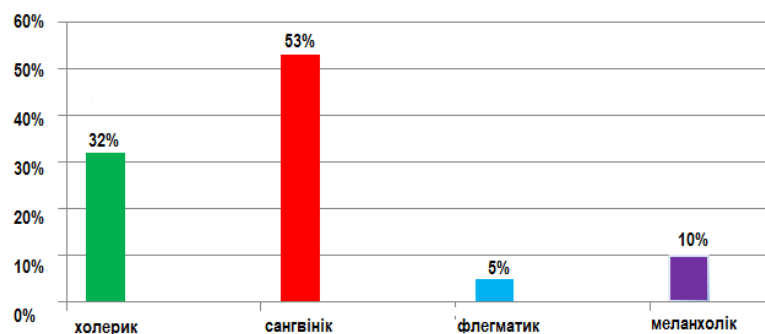


Рис.1. Виявлення типологічних особливостей у танцюристів

ВИСНОВКИ

Під час проведення дослідження по виявленню типу темпераменту, як одного із критеріїв ефективності формування емоційної стійкості у спортсменів-танцюристів, було виявлено: що тип темпераменту, являється важливим фактором при формуванні емоційної. Тому що кожний з типів темпераменту, характеризує поведінку та її психологічну діяльність. Можливість контролювати свою діяльність та емоції. Тип темпераменту, може впливати на поведінку спортсмена, а також на сам спортивний результат. І на процес змагальної діяльності. Потрібно також враховувати індивідуально-типологічні властивості спортсменів, щоб мати змогу збалансувати емоційну стійкість.

ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ базуються на розробці спеціальної психологічної програми-тренінга, яка буде спрямована на підвищення емоційної стійкості у спортсменів. Для оптимального процесу підготовки танцювальних пар до змагань.

ЛІТЕРАТУРА

1. Аболин Л.М. К вопросу исследования соотношения эмоциональной устойчивости с физиологическими показателями эмоциональной возбудимости /Л. М. Аболин – М.: Педагогика, 1975. – 150 с.
2. Александровский К. В. Проблемы психологии спорта / К.В. Александровский - М.: 1971. – С. 62.
3. Киселев Ю.А. Влияние спорта на формирование личности / Ю.А. Киселев - М.: 1981. – 100 с.
4. Писаренко В. М. Устойчивость эмоционального состояния спортсмена в условиях соревнований // Пути достижения трудной цели в спорте. М., 1964. С. 51—68.
5. Родионов А. В. Влияние психологических факторов на спортивный результат / А.Родионов - М.: ФиС, 1983. - С. 19.
6. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / - М.: Педагогика, 1989. – 125 с.

Єфіменко В.М.

Національний технічний університет України "КПІ"

СЕКЦІЙНІ ЗАНЯТТЯ З БАСКЕТБОЛУ В НТУУ "КПІ"

Стаття присвячена дослідженню проведення занять з технічної і спеціальної підготовці по баскетболу студентів, що навчаються в НТУУ "КПІ". Оцінка результатів показала, що студенти, які поступили на перший курс на різні спеціальності, мають істотні відмінності в показниках спеціальної і технічної підготовленості по баскетболу. Слід зазначити і дуже високий індивідуальний розкид результатів.

Ключові слова: баскетбол, студенти, факультет, фізична і технічна підготовка, спеціальності.

Єфіменко В.М. Секционные занятия по баскетболу в НТУУ "КПИ". Статья посвящена исследованию

проведення занять по технічній і спеціальній підготовці по баскетболу студентів, які навчаються в НТУУ "КПІ". Оцінка результатів показала, що студенти, які поступили на перший курс на різні спеціальності, мають суттєві відмінності в показателях спеціальної і технічної підготовленості по баскетболу. Слід відзначити, що є дуже високий індивідуальний розброс результатів.

Ключеві слова: баскетбол, студенти, факультет, фізична і технічна підготовка, спеціальності.

Efimenko V.M. Sectional employments on basketball in NTUU "KPI". The dynamic of development of society and scientific and technical achievements of humanity for the last decades provide the necessity of continuous improvement of different structural connections of the home system educations that is directed to provide the balanced pedagogical influence on an individual in accordance with the modern requirements of forming of personality with the high level of physical capacity, and also creative, intellectual and morally-volitional preparedness. But only discipline, that allows to decide educational, educator and health tasks simultaneously, there is P.E, and the substantive provisions of functioning of the corresponding system are set forth in works of many researchers. The article is sanctified to research of realization of employments on technical and special preparation on basketball of students that study in NTUU "KPI". The estimation of results showed that students that acted on the first course on different specialities had substantial differences in the indexes of the special and technical preparedness on basketball. It should be noted and very high individual variation of results.

Key words: basketball, students, faculty, physical and technical preparation, specialities.

ВСТУП. Динамічність розвитку суспільства та науково-технічні досягнення людства за останні десятиріччя забезпечують необхідність безперервного удосконалення різних структурних з'єднань вітчизняної системи освіти, які спрямовані забезпечити збалансований педагогічний вплив на індивіда у відповідності з сучасними вимогами формування особистості з високим рівнем фізичної працездатності, а також творчої, інтелектуальної та морально-вольової підготовленості. Єдиною дисципліною, що дозволяє вирішувати одночасно освітні, виховні та оздоровчі завдання, є фізичне виховання, а основні положення функціонування відповідної системи сформульовані у роботах Б. Ашмаріна, О. Гужаловського, Ю. Курамшина, Л. Матвєєва, Б. Шияна та інших дослідників. Однак, згідно даних Ю. Євсєєва, В. Іл'їніча, С. Канішевського, Н. Рєшетнікова, Ю. Кісліцина, Ж. Холодова та В. Кузнєцова, теорією та методикою фізичного виховання сучасної студентської молоді передбачено вирішення ряду завдань, які дублюють зміст попередніх етапів фізичного та особистісного розвитку індивіда в умовах середньої загальноосвітньої школи. Проблеми удосконалення пріоритетних механізмів педагогічного впливу, якими у системі фізичного виховання є засоби, методи та форми організації фізичного виховання, а також шляхи їх впровадження, за останні роки приділяється значна увага. Однак, у більшості, дослідження не мають єдиної методології, а методичні рекомендації носять однобічний характер і спрямовані на розвиток одного чи кількох компонентів фізичної, морально-вольової та творчої підготовленості або на вдосконалення тільки одного з компонентів системи педагогічного впливу. Крім того, експериментально доведено – у студентському віці активно розвиваються як окремі системи організму, так і особистість в цілому, що передбачає наявність чутливих періодів та вимагає врахування інших вікових особливостей. Враховуючи, що саме ефективність фізичного удосконалення у відповідності з природним, творчим і духовним розвитком, визначає надійність створення міцного фундаменту для всебічного розвитку особистості, в такій ситуації, є закономірними результати досліджень, які свідчать про:

- низький рівень розвитку фізичних здібностей та стану фізичного здоров'я представників сучасної студентської молоді;
- тенденцію до збільшення контингенту спеціальних медичних груп;
- погіршення стану морально-вольової підготовленості та зниження мотивації до відповідних занять у представників сучасної молоді.

В результаті, за даними О. Гнинюка, Р. Раєвського, С. Канішевського, С. Халайджі, до 50% випускників ВНЗ фізично неспроможні працювати в таких обсягах і з такою інтенсивністю, яких вимагають умови ринкової економіки. Таким чином, теоретико-методичною основою фізичного виховання може бути тільки науково обґрунтована та експериментально перевірена комплексна педагогічна система, яка дозволяє забезпечити формування міцного фундаменту фізичної працездатності у взаємозв'язку з принципом всебічного та гармонійного розвитку особистості. Відсутність комплексних досліджень по вивченню стану спортивно-технічної підготовки по баскетболу, необхідність подальшого розвитку наукових основ в підготовці фахівців в області фізичного виховання послужили заснуванням для постановки справжнього дослідження.

Дослідження виконані згідно з планом науково-дослідної роботи кафедри спортивного вдосконалення Національного технічного університету України "КПІ".

Формулювання цілей роботи.

Метою цієї роботи було - вивчити у студентів різних факультетів НТУУ "КПІ", тих, що поступили на 1 курс, спортивно-технічну підготовку по баскетболу.

У дослідженні взяли участь студенти 1 курсу всього 78 чоловік: юнаки 52, дівчат 26.

Спочатку експерименту нами було проведено анкетування, за допомогою якого виявили кількість студентів, які займалися фізичною культурою, спортом в школі, в ДЮСШ і яких добились спортивних результатів до вступу в інститут, а також хто з них займався баскетболом.

Для визначення спортивної (спеціальної фізичної) підготовки по баскетболу застосовувалися наступні тести: біг 28 метрів (довжина баскетбольного майданчику), човниковий (змінний) біг по баскетбольному майданчику, стрибок в довжину з місця і у висоту з місця.

Для оцінки рівня технічної підготовки використали тести: кількість передач за 30 секунд з відстані: юнаки - 3м, дівчата -

2,5м, ведення м'яча 2 x14 метрів і штрафний кидок. Ці тести рекомендовані управлінням спортивних ігор для дитячо-юнацьких спортивних шкіл [8] і підручником "Баскетбол" [9].

Результати дослідження. Для повноцінного аналізу спортивно-технічної підготовки по баскетболу студентів першого курсу нами було проведено анкетування. Анкетне опитування показало, що більшість студентів поступили відразу після закінчення середньої освіти. Вивчаючи спортивну підготовленість студентів, що поступили на перший курс на різні спеціальності, ми спостерігаємо істотні відмінності. Так, в першу (найбільш спортивно просунуту групу) поступило 93% студентів, які вчилися в міських школах, тренувалися в спортивних клубах і більшість з них, 43%, мали високі спортивні розряди (в основному 1 розряд) по таких видах спорту, як веслування, карате, легка атлетика. Баскетболом займалися лише двоє студентів (5%). Причому, спортом вищих досягнень практично ніхто не займався, а лише відвідували уроки фізичної культури. В університеті 52% студентів для підвищення спортивної майстерності обрали вид туризм. Навчаючись, у ВНЗ продовжити підвищувати свою спортивну майстерність 60% дівчат вибрали аеробіку.

Слід зазначити, що у вказаних студентів на уроках фізкультури не вивчали програмний матеріал по баскетболу.

В результаті аналізу і статичної обробки даних спеціальної фізичної і технічної підготовленості студентів 1 курсу залежно від їх вибраної професії було встановлено, що усі результати можна розділити на три групи. Найкращі результати у бігу на 28 метрів 4,13 с були показані студентами першої групи (див. таблицю. 1) як юнаками так і дівчатами, відповідно до 4,13 с і 4,57 с.

Таблиця 1

Спеціальна фізична підготовленість по баскетболу студентів першокурсників різних факультетів НТУУ "КПІ"

Групи	Тести				
		Біг 28м	Човниковий біг	Стрибок в довжину з місця	Стрибок у висоту з місця
Друга	ч	4,41 ±0,04	25,25±0,26	220,6±4,22	49,5±1,26
	ж	4,92±0,85	29,2±0,98	166,5±2,87	38,1±2,80
Третя	ч	4,26±0,05	25,5±0,53	217,3±4,12	57,1±1,14
	ж	4,96±0,05	30,2±0,39	170,0±5,16	37,0±1,68
Перша	ч	4,13±0,04	24,5±0,17	234,1±3,71	56,0±0,96
	ж	4,57±0,10	26,14±0,46	201,7±5,69	45,8±2,10

Істотно нижче результати в другій групі: у юнаків на 6,8 % ($p < 0,001$), у дівчат - на 7,65% ($p < 0,05$). Відмінності в показниках бігу на 28 метрів між другою і третьою групами не істотні ($p < 0,05$). Аналогічні результати отримали в човниковому бігу. Показник у студентів третьої і другої груп знаходяться на одному рівні, відповідно у юнаків 25.5 с і 25,25 с, у дівчат - 29,2 с і 30,2 сек. Результати у студентів першої групи значно вище - 24,5 с і 30,2 сек. Проте великий розкид індивідуальних результатів в групі юнаків не дав істотних відмінностей. Показники у дівчат на 25 % були нижчі ($p < 0,01$). Стрибок в довжину з місця: результати у юнаків і дівчат першої групи вище в порівнянні із студентами другою і третьою групами. Відмінностей в показниках стрибка в довжину з місця між студентами другої і третьої груп немає. Аналогічні результати ми отримали і по стрибку у висоту (див. таблицю. 1). По технічній підготовці були отримані наступні результати. У кількості передач за 30 с, кращими були юнаки і дівчата першої групи (див. таблицю.2). Юнаки другої групи відставали на 25%, дівчата на 30% ($p < 0,001$) від першої групи.

Таблиця 2

Технічна підготовленість по баскетболу першокурсників різних факультетів НТУУ "КПІ"

Групи	Тести			
		Кількість передач за 30 с	Ведення м'яча 2x14м	Кількість попадань з 10 штрафних
Друга	м	20,1 ±1,19	7,4±0,33	3,20±0,35
	ж	19,6±1,87	8,34±0,19	2,08±0,36
Третя	м	24,6±1,20	7,65±0,30	2,7±0,50
	ж	19,8±1,45	8,70±0,20	1,7±0,31
Перша	м	27,0±0,50	6,95±0,12	3,1 ±0,41
	ж	26,1±0,73	7,60±0,14	1,6±0,56

Істотних відмінностей в показниках між студентами другої і третьої груп не було ($p < 0,05$). Проте слід зазначити дуже великий розкид результатів, як в другій, так і в третій групах.

У показниках ведення м'яча істотних відмінностей між студентами другої і третьої груп, як серед дівчат, так і серед юнаків не спостерігається. Студенти третьої групи відстають в показниках ведення м'яча від студентів першої групи: юнаки на 10%, дівчата на 9,3%, аналогічне відставання в цьому тисті і у студентів другої групи.

По кількості попадань штрафного кидку студенти третьої групи відставали, як юнаки, так і дівчата від своїх колег. Ця різниця не була так вагома із-за великого розкиду індивідуальних результатів.

ВИСНОВКИ

Таким чином, отримані результати по технічній підготовці показали нижчий рівень розвитку студентів третьої і другої груп в порівнянні з першою. І у них вище розкид індивідуальних результатів. Це свідчить про те, що студенти поступили на різні факультети з неоднаковою підготовкою, як між спеціальностями, так і в кожній спеціальності окремо.

1. Студент, що поступили на перший курс на різні спеціальності, мають істотні різниці в показниках спеціальної і технічної підготовленості.

2. Істотних відмінностей між студентами другої і третьої групами по спеціальної фізичної підготовки немає. У студентів першої групи результати значно вище ($p < 0,05$).

3. По технічній підготовленості результати студентів першої групи значно вище, ніж у студентів другою і третьою груп. Слід зазначити і дуже високий розкид індивідуальних результатів у студентів другої і третьої груп.

4. Результати цих досліджень можуть бути використані для практичних рекомендацій при наборі у збірну команду, а також при побудові учбового процесу і програмного матеріалу по баскетболу на кафедрах фізичного виховання НТУУ "КПІ".

ПОДАЛЬШІ ДОСЛІДЖЕННЯ припускають вивчення інших питань, пов'язаних з нормативами, програмами і методикою навчання.

ЛИТЕРАТУРА

1. Рекомендації щодо організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах: додаток до листа Міністерства освіти і науки України від 25.09. 2015.- № 1/9-454: [Електронний ресурс] / Режим доступу: http://osvita.ua/legislation/Vishya_osvita/47947/

2. Дорошенко Э.Ю. Управление технико-тактической деятельностью в командных спортивных играх: [монография] / Э.Ю. Дорошенко. – Запорожье, ООО Липс, 2013. – 436 с.

3. Зикас И.А. Управление соревновательной деятельностью высококвалифицированных баскетболисток на основе проявления точностных движений в различные фазы менструального цикла (на примере дистанционных бросков): Дис кан. пед. наук / КГИФК. – К., 1992. – 172 с.

4. Axthelm Pete. The city game : Basketball from garden to the play-grounds.- New York, 1991. – 210 p.

5. Silva J.M., Shultz B.B., Haslam R.M., Murrey D. Psychophysiological assessment and sport. – Reston, Virginia. – V.52. – Oct. 1981. – P. 348-358.

6. Костюкевич В.М. Модельно-целевой подход при построении тренировочного процесса спортсменов командных игровых видов спорта в годичном макроцикле / В.М. Костюкевич // Наука в олимпийском спорте. – 2014. – № 4. – С. 22 – 28.

7. Bompa T. O. Periodization: Theory and Methodology of Training / T. O. Bompa, G. G. Haff. – Champaign, IL, USA: Human Kinetics, 2009. – 411 p.

8. Железняк Ю.Д. и др. В кн.: Баскетбол. Поурочная программа для детско-юношеских спортивных школ. М.: 1982. - 70 с.

9. Поплавский Л.Ю. Баскетбол. - К.: Олімпійська література, 2004. - 406с.

**Жосан І.А., Хоменко В.В., Шалар О.Г.
Херсонський державний університет**

ПОРІВНЯННЯ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ ДІЙ КРАЙНІХ ЗАХИСНИКІВ НА ЧЕМПІОНАТІ СВІТУ З ФУТБОЛУ 2014 РОКУ

Встановлені кількісні та якісні показники техніко-тактичних дій крайніх захисників на чемпіонаті світу з футболу 2014 року. Контингент дослідження склали найкращі захисники світу, які виступали в провідних футбольних командах світу. За допомогою відеозаписів ігор визначено кількість вдало виконаних дій: відборів м'яча (підкати, відбирання) ведення м'яча, передачі м'яча (на близьку, середню та дальню дистанцію), зупинок, обвідок, ударів (головою, ногою). Доведено, що техніко-тактичні дії гравців у сучасному футболі тісно пов'язано з ігровими функціями на футбольному полі. Особливості техніко-тактичних дій крайніх захисників полягають в наступному: 60% всіх дій крайніх захисників складають короткі передачі та зупинки. На основі дослідження визначено вагомість окремих техніко-тактичних дій для гравців відповідно до специфіки ігрового амплуа. Провідними для крайніх захисників є: відбір, короткі, середні та довгі передачі.

Ключові слова: футбол, техніко-тактичні дії, крайні захисники.

Жосан И.А., Хоменко В.В., Шалар О.Г. Сравнение технико-тактических действий крайних защитников на чемпионате мира по футболу 2014 года. Установлены количественные и качественные показатели технико-тактических действий крайних защитников на чемпионате мира по футболу 2014 года. Контингент исследования составили лучшие защитники мира, которые выступали в ведущих футбольных командах мира. С помощью видеозаписей игр определено количество удачно выполненных действий: отборов мяча (подкаты, отбор) ведение мяча, передачи мяча (на близкую, среднюю и дальнюю дистанцию), остановок, обводок, ударов (головой, ногой). Доказано, что технико-тактические действия игроков в современном футболе тесно связано с игровыми функциями на футбольном поле. Особенности технико-тактических действий крайних защитников заключаются в следующем: 60% всех действий крайних защитников составляют короткие передачи и остановки. На основе исследования определена значимость отдельных технико-тактических действий для игроков соответственно специфики игрового амплуа. Ведущими для крайних защитников является: отбор, короткие, средние и длинные передачи.

Ключевые слова: футбол, технико-тактические действия, крайние защитники.

Josan I.A., Khomenko V.V., Shalar O.G. Comparison of technical and tactical actions cornerbacks for the FIFA world Cup 2014. Quantitative and qualitative indicators of technical and tactical actions cornerbacks for the FIFA world Cup 2014. The contingent of the research consists of the best defenders of the world who acted in the leading football teams in the world. Using video games determined the number of successfully performed actions: selection of the ball (tackles, selection) dribbling, passing the ball (at close, medium and far distance), stops, strokes, blows (head, foot). Proven technical and tactical actions of players in modern football is closely associated with gaming functions on the football field. Features technical and tactical actions cornerbacks are as follows: 60% of all actions cornerbacks are short transmit and stop. Based on the study determined the significance of individual technical-tactical