

Кашуба В. О.

доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор
Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ
Асаулюк І.О.

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського, м. Вінниця

ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОФЕСІЙНО ЗНАЧУЩИХ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТІВ МУЗИЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ

Метою роботи означено здійснення рангового розподілу професійно-значущих фізичних якостей студентів музичних спеціальностей, спеціалізацій ударні інструменти (барабан), народні інструменти (баян). Матеріал і методи. У роботі використано аналіз фахової науково-методичної літератури та соціологічні методи дослідження, метод експертного оцінювання, методи математичної статистики. Результати роботи. Визначено, що найбільш значущою професійною фізичною якістю для студентів спеціалізації народні інструменти (баян), з точки зору експертів є спеціальна витривалість ($R = 1,42$); на 2 місці – моторика рук ($R=1,83$). Для студентів спеціалізації ударні інструменти (барабан) – на 1 місці спеціальна витривалість ($R = 1,58$), на 2 та 3 моторика рук ($R = 1,92$) та координація рухів плечей і передпліччя ($R = 2,08$) відповідно. Висновки. На основі експертного оцінювання окреслено перспективи підвищення ефективності процесу фізичного виховання студентів музичних спеціальностей. Підґрунтям змісту професійно-прикладної фізичної підготовки студентів, форм і методів фізичної культури для підвищення її ефективності з урахуванням обраної спеціальності мають бути визначені в процесі дослідження професійно значущі фізичні якості, що дозволить підвищити рівень фізичного стану студентів означених спеціальностей.

Ключові слова: Студенти, спеціальність «Музичне мистецтво», експертна оцінка.

Кашуба В. А., Асаулюк І. О., Характеристика профессионально значимых физических качеств студентов музыкальных специальностей. Целью работы отмечено осуществление рангового распределения профессионально-значимых физических качеств студентов музыкальных специальностей, специализаций ударные инструменты (барабан), народные инструменты (баян). Материал и методы. В работе использованы анализ профессиональной научно-методической литературы и социологические методы исследования, метод экспертной оценки, методы математической статистики. Результаты работы. Определено, что наиболее значимым профессиональным физическим качеством для студентов специализации народные инструменты (баян), с точки зрения экспертов есть специальная выносливость ($R = 1,42$); на 2 месте - моторика рук ($R = 1,83$). Для студентов специализации ударные инструменты (барабан) - на 1 месте специальная выносливость ($R = 1,58$), на 2 и 3 местах моторика рук ($R=1,92$) и координация движений плеч и предплечья ($R=2,08$) соответственно. Выводы. На основе экспертной оценки намечены перспективы повышения эффективности процесса физического воспитания студентов музыкальных специальностей. Основой содержания профессионально-прикладной физической подготовки студентов, форм и методов физической культуры для повышения ее эффективности с учетом выбранной специальности должны быть определенных нами в процессе исследования профессионально значимые физические качества, что позволит повысить уровень физического состояния студентов указанных специальностей.

Ключевые слова: Студенты, специальность «Музыкальное искусство», экспертная оценка.

Kashuba V., Asulyuk I. Characteristics of professionally significant physical qualities of students of musical specialties. The purpose of the work is to carry out the rank distribution of professionally significant physical qualities of students of musical specialties, specialization percussion instruments (drum), folk instruments (bayan). **Material and methods.** The paper uses the analysis of professional scientific and methodological literature and sociological methods of research, the method of expert evaluation, methods of mathematical statistics. During the completion of the questionnaire, they referred to teachers of Vinnytsia State Pedagogical University named after M. Kotsiubynsky, Vinnytsya Vocational School of Culture and Arts named after M. D. Leontovich and Tulchin College of Culture, with an experience of more than 10 years. **Results of work.** It is determined that the most significant professional physical quality for students of the specialization of bayan from the point of view of experts there is a special endurance ($R = 1.42$); the second place is hand motor skills ($R=1,83$). For students of drum specialization - static strength endurance ($R = 1,58$), 2nd and 3rd place hands ($R = 1,92$) and coordination of arms and forearm ($R = 2,08$) 2nd and 3rd places respectively. **Conclusions.** On the basis of expert evaluation, the prospects for increasing the effectiveness of the process of physical education of students of musical specialties are outlined. Within the development of physical and recreational technologies in the process of physical education of students of musical specialties it is advisable to take into account certain professionally significant physical qualities that are determined in the course of research, which will ensure the effectiveness of the process of professional and applied physical training of students of these specialties and improve their physical state.

Актуальність дослідження. Характер вимог конкретного виду праці до професійної підготовленості, зокрема фізичної, працівників, можливо структурувати використовуючи професіограми, які, в свою чергу, складаються шляхом кропітливої дослідницької роботи на підставі вивчення змісту та форм даної трудової діяльності у психологічному, фізіологічному, біомеханічному, ергономічному та інших аспектах з урахуванням предмета, технології та умов праці [8, с.28;

9, с.25; 11, с.58]. Так, професіограма (від лат. Professio- спеціальність; Gramma - запис) - це система ознак, що описують професію, а також включають норми і вимоги спеціальності до працівника. Опис професійно важливих фізичних якостей конкретної спеціальності дозволяє здійснювати універсальний і багатовимірний підхід щодо вибору засобів та методів в процесі професійно-прикладної фізичної підготовки [4, с.91; 6, с.47]. Разом з тим, в процесі реалізації сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій практично не використовується оцінка професійно важливих фізичних якостей студентів щодо майбутньої професійної діяльності [1,с.10; 7,с.67; 12,с.1257; 13,с.1057; 14,с.767]. Отже, універсальність і необхідність вирішення даного питання є очевидною.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Ю. І. Дудкіна (2006) у своїй роботі представила методіку формування професійно-прикладної фізичної культури для студентів піаністів, диригентів, виконавців на духових інструментах, яка охоплює оригінальне діагностування, зміст, форми та методи з огляду на специфіку професійної діяльності [3, с.80].

Однак, маємо необхідність наголосити щодо різноплановості спеціалізацій в рамках оголошеної вище спеціальності. Приміром гра на народних інструментах (баян, акордеон) вимагає значної фізичної сили м'язів верхнього плечового поясу та силової витривалості. У той же час, присутній складний режим роботи лівої руки, коли верхні групи м'язів працюють у режимі макрозусиль і силової витривалості, а нижні, дистальні м'язи - у режимі мікрозусиль і швидкості пальців, що зумовлює посилення уваги до якості розслаблення м'язів, м'язової свободи рухів пальців на тлі чималих зусиль плечового поясу [2, с.7; 5, с. 10; 10, с.110].

Аналіз результатів експертної оцінки професійно-значущих фізичних якостей студентів спеціальності «Музичне мистецтво» дозволив автору (П. І. Маринчук, 2018) встановити, що на думку експертів, провідну позицію серед професійно-значущих фізичних якостей займає «статична витривалість». Автор наголошує, що майбутня професійна діяльність студентів музичних спеціальностей супроводжується тривалим збереженням виконавчої пози, яка передбачає локальне навантаження на окремі м'язи та системи організму під час фіксації музичного інструменту в положенні стоячи та сидячи [10, с. 110].

Мета роботи - здійснити ранговий розподіл професійно-значущих фізичних якостей студентів музичних спеціальностей, спеціалізацій ударні інструменти (барабан), народні інструменти (баян).

Методи дослідження. Метод експертного оцінювання використовували для з'ясування бачення експертами особливостей обґрунтування професійно значущих якостей (на підставі професіограми). Для експертного оцінювання було розроблено анкету із 10 варіантами відповідей на запитання щодо професійно значущих для студентів музичних спеціальностей фізичних якостей. Під час укладання анкети зверталися до викладачів Вінницького державного педагогічного університету імені М. Коцюбинського, Вінницького училища культури і мистецтв імені М. Д. Леонтовича, Тульчинського коледжу культури зі стажем понад 10 років. Експертизу проводили за допомогою методу переваги (ранжування), за оцінку обрали порядкову шкалу, що передбачала розставлення експертами оцінюваних об'єктів за рангами у порядку зниження їхньої значущості. Так, найменший ранг (R), який дорівнює 1, присуджувався найбільш значущому об'єкту експертизи, а найвищий – найменш значущому.

Результати дослідження. Аналіз літературних джерел з питання професійно-прикладної фізичної підготовки студентів свідчить, що потребують ґрунтовного вивчення особливості процесу фізичного виховання студентів – музикантів з урахуванням музичної спеціалізації та подальшої трудової діяльності [4, с.92; 8, с.27].

Результати проведеної експертизи професійно значущих фізичних якостей студентів спеціалізації народні інструменти (баян) представлені у таблиці (табл. 1).

Оскільки коефіцієнт конкордації $W=0,773$; що є статистично значущим на рівні $p<0,01$, можемо зробити висновок про те, що експертиза професійно значущих фізичних якостей студентів спеціалізації народні інструменти (баян) відбулася, думки експертів узгоджені.

Таблиця 1

Показники розподілу професійно значущих фізичних якостей студентів спеціалізації народні інструменти (баян), на думку експертів, (n=12)

Професійно значущі фізичні якості	Розподіл за рангами			
	$W= 0,773; \chi^2=83,5; p<0,01$			
	Середній ранг, R	Стандартне відхилення, S	σR	Місце у рейтингу
Статична, силова витривалість	1,42	0,67	17	1
Моторика рук	1,83	0,74	22	2
Координація рухів плечей і передпліччя	2,33	0,90	28	3
Сила м'язів плечового поясу, рук	3,92	0,75	47	4
Сила м'язів, спини	4,92	1,07	59	5
Спритність	5,50	1,13	66	6
Швидкість	6,33	1,00	76	7
Рівновага	7,33	0,94	88	8
Гнучкість	7,92	0,89	95	9
Загальна витривалість	9,08	0,62	109	10

З отриманих даних видно, що найбільш значущою професійною фізичною якістю для студентів спеціалізації

народні інструменти (баян), з точки зору експертів є статична, силова витривалість ($R = 1,42$); на 2 місці – моторика рук ($R=1,83$); далі – координація рухів плечей і передпліччя ($R=2,33$).

Питання щодо координації рухових дій під час гри на музичному інструменті являється однією з пріоритетних у навчанні музикантів. На думку Т. К. Боднар (2018), точність просторової орієнтації рук залежить від міжм'язової та внутрішньом'язової координації; у той же час, динаміка та тембр звучання зумовлені чіткістю диференціювання зусиль і часу, а метро ритмічний аспект виконання музичного твору вимагає статичної та динамічної витривалості, точної визначеності часових відчуттів і швидкісних характеристик рухів [2, с.7].

Отримані у ході нашого дослідження результати свідчать, що професійно значущі фізичні якості для студентів спеціалізації народні інструменти (баян) «сила м'язів плечового поясу, рук» та «сила м'язів, спини» знаходяться за ранговим розподілом відповідно на 4 ($R=3,92$) та 5 ($R=4,92$) місцях.

Результати проведеної експертизи професійно значущих фізичних якостей студентів спеціалізації ударні інструменти (барабан) представлені у таблиці (табл. 2).

Оскільки коефіцієнт конкордації $W=0,766$; що є статистично значущим на рівні $p<0,01$, можемо зробити висновок про те, що експертиза професійно значущих фізичних якостей студентів спеціалізації ударні інструменти (барабан) відбулася, думки експертів узгоджені.

Таблиця 2

Показники розподілу професійно значущих фізичних якостей студентів спеціалізації ударні інструменти (барабан), на думку експертів, ($n=12$)

Професійно значущі фізичні якості	Розподіл за рангами			
	$W= 0,766$; $\chi^2=82,7$; $p<0,01$			
	Середній ранг, R	Стандартне відхилення, S	IR	Місце у рейтингу
Статична, силова витривалість	1,58	0,78	19	1
Дрібна моторика рук	1,92	0,79	23	2
Координація рухів рук, плечей і передпліччя	2,08	0,98	25	3
Швидкість	3,83	0,72	46	4
Спритність	4,75	0,58	57	5
Сила м'язів плечового поясу, рук	5,83	1,24	70	6
Сила м'язів спини, попереку	6,17	0,89	74	7
Гнучкість	7,58	1,24	91	8
Влучність	8,33	0,67	100	9
Загальна витривалість	8,50	1,03	102	10

Аналізуючи дані таблиці 2 можемо констатувати, що для студентів спеціалізації ударні інструменти (барабан) на 1 та 2 місцях експерти означили такі фізичні якості, як спеціальна витривалість ($R=1,58$) та моторика рук ($R=1,92$). Відповідно до результатів описаних вище – студентів спеціалізації народні інструменти (баян), на третьому місці також констатуємо фізичну якість «координація рухів рук, плечей і передпліччя» ($R=2,08$) та робимо припущення щодо подібності професійних рухів кистей та пальців рук під час гри на даних інструментах. У той же час експерти визначили для студентів спеціалізації ударні інструменти (барабан) професійно значущі фізичні якості «Швидкість» ($R=3,83$) та «Спритність» ($R=4,75$), які відповідно на 4 та 5 місцях та передують фізичним якостям «Сила м'язів плечового поясу, рук» та «Сила м'язів спини, попереку». Що характерно «Загальна витривалість», як професійно значуща фізична якість для студентів спеціальності ударні інструменти (барабан) знаходиться на 10 місці у рейтингу із загальною сумою балів – 102.

Висновки та перспективи подальших досліджень. На основі експертного оцінювання окреслено перспективи підвищення ефективності процесу фізичного виховання студентів музичних спеціальностей. У ході побудови концепції професійно-прикладної фізичної підготовки студентів музичних спеціальностей доцільно брати до уваги не лише стан здоров'я, рівень фізичної підготовленості та функціональний стан організму, а також їхню спеціалізацію та вид музичного інструмента, тобто спеціалізацію. Підґрунтям змісту професійно-прикладної фізичної підготовки студентів, форм і методів фізичної культури для підвищення її ефективності з урахуванням обраної спеціальності мають бути визначені в процесі нашого дослідження професійно значущі фізичні якості, що дозволить підвищити рівень фізичного стану студентів означених спеціальностей.

Література

1. Асаулюк І.О. Особливості фізичної підготовленості студентів закладів освіти в процесі фізичного виховання // І.О.Асаулюк, А.А.Дяченко// Здоров'я, спорт, реабілітація, 2019. - № 1 (5). С. 9-14. DOI: <https://doi.org/10.34142/HSR.2019.05.01.01>
2. Боднар Т.К. Формування складнокоординаційних рухів майбутніх вчителів музики засобами аквафітнесу у процесі фізичного виховання: автореф. дис... канд пед. наук за спеціальністю 13.00.02 – теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я). Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова. - Київ, 2017. 19 с.
3. Дудкина Ю.И. Формирование профессионально-прикладной физической культуры студентов музыкальных специализаций в вузе культуры и искусств: дисерт канд. пед. наук 13.00.08.- Теория и методика профессионального образования. Москва, 2006.219 с.

4. Дяченко А.А. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів закладів освіти /А.А. Дяченко, І.О. Асаулюк, П.І.Маринчук //Зб. наукових праць Міжнародної наукової конференції «Актуальні наукові дослідження в сучасному світі». – Переяслав-Хмельницький, 2017. – Вип.11 (31), Ч. 3. – С. 90-93.
5. Дьоміна Ж.Г. Методика навчання вправ координаційної спрямованості майбутніх учителів музики у процесі фізичного виховання: автореф. дис... канд пед. наук за спеціальністю 13.00.02 – теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я). – Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова. Київ, 2010. 24 с.
6. Кашуба В. К вопросу повышения эффективности физического воспитания занимающихся физическими упражнениями с использованием технологических инноваций / Виталий Кашуба, Сергей Фурорный, Тамара Хабинец, Сергей Лопачкий//Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт : журнал / уклад. А. В. Цьось, А. І. Альошина. – Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2017. – Вип. 27. –С. 46-53.
7. Кашуба В. А. Скрининг показателей физического здоровья студентов в процессе физического воспитания / В.А. Кашуба, С. М. Фурорный, Е. В. Андреева // Теория и методика физической культуры. – Алматы: Казахская академия спорта и туризма, 2012. – № 4. – С. 65–74.
8. Кашуба В. О. Підвищення ефективності професійно-прикладної фізичної підготовки студентів на основі використання мультимедійних технологій / В.О. Кашуба, І.О. Асаулюк, А.А. Дяченко // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. – 2019. – Вип. 1 (107). – С. 25-29.
9. Кашуба В. О., Голованова Н.Л. Інноваційні технології в процесі професійно-прикладної фізичної підготовки учнівської молоді : монографія. Луцьк : Вежа-Друк, 2018. 208 с.
10. Маринчук, П. І. Корекція фізичного стану студентів спеціальності «Музичне мистецтво» в процесі професійно-прикладної фізичної підготовки: дис. на здобуття наукового ступеня канд. наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю. 24.00.02 Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення / П. І. Маринчук. - К., 2018 - 290 с.
11. Kashuba, V.O., Golovanova, N.L. (2018) "Increase in efficiency of professionally applied physical training of pupils of 16-17 years old based on application of informational and methodical systems", *Physical education of students*, no. 22(2), p.57–62. <https://doi.org/10.15561/20755279.2018.0201>
12. Kashuba Vitaliy, Asaulyuk Inna, Dyachenko Anna. Characteristics of the biogeometric profile of students' posture in the process of vocational and physical training. *Journal of Education, Health and Sport*. 2017; 7(6). p. 1255-1264. DOI <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.2548845>
13. Kashuba Vitaliy, Asaulyuk Inna, Diachenko Anna. The Formation of theoretical knowledge of students in the discipline of "Physical Education" in the process of professional and applied physical training. *Journal of Education, Health and Sport*. 2017;7(5):1054-1065. eISSN 2391-8306. DOI <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.2547839>
- Kashuba Vitaliy, Asaulyuk Inna, Diachenko Anna. A modern view on the use of information technologies in the process of physical education of student youth. *Journal of Education, Health and Sport*. 2017;7(2):765-775. DOI <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.2538698>

Reference

1. Asaulyuk I., Diachenko A. (2019) The peculiarities of the physical state of students of educational institutions in the process of physical education. *Health, sport, rehabilitation*. no.1(5). P. 9-1. DOI: <https://doi.org/10.34142/HSR.2019.05.01.01>
2. Bondar T.K. (2017) Formation of complex coordination movements of future music teachers by means of aquaphthesis in the process of physical education: author's abstract. diss....Candidate Ped. Sciences in specialty 13.00.02 - theory and methods of training (physical culture, basis of health). National Pedagogical University named after MP Drahomanov. Kyiv, 19 p.
3. Dudkina Yu.I. (2006) Formation of professional-applied physical culture of students of musical specialties at the University of Culture and Arts: diss....Candidate ped Sciences 13.00.08.-Theory and methodology of vocational education. Moscow.219 p.
4. Dyachenko,A.A., Asaulyuk,I.O., and Marinchuk,P.I. (2017) "Professional-Applied Physical Training of Students at Educational Establishments", *Zb. naukovih prac Mizhnarodnoyi naukovoji konferenciji «Aktualni naukovii doslidzhennya v suchasnomu sviti»*. Pereyaslav-Hmelnickij, Vol.11 (31), no. 3, pp. 90-93.
5. Dyomin Zh.G. (2010) Method of teaching the exercises of the coordinating direction of future music teachers in the process of physical education: author's abstract. diss....Candidate Ped. Sciences in specialty 13.00.02 - theory and methods of teaching (physical culture, basics of health). - National Pedagogical University named after MP Drahomanov Kyiv. 24 p.
6. Kashuba,V., Futornij, S., Lopackij, S. and Habinec, T.A. (2017) " On the issue of increasing the effectiveness of physical education for those engaged in physical exercises using technological innovations", *Molodizhnij naukovij visnik Shidnoyevropejskogo nacionalnogo universitetu imeni Lesi Ukrayinki*. Fizichne vihovannya i sport : zhurnal / uklad. A. V. Cos, A. I. Alohina. Luck : Shidnoyevrop. nac. un-t im. Lesi Ukrayinki, Vol.27., pp. 46-53.
7. Kashuba VA, Futornyj SM, Andreeva EV. Skriniring pokazatelej fizicheskogo zdorov'ia studentov v processe fizicheskogo vospitaniia [Screening of students physical health indicators in physical education process]. *Teoriia i metodika fizicheskoi kul'tury*, 2012;4:65–74. (in Russian)
8. Kashuba V.O., Asauluk IO and Diachenko AA (2019) Increasing the efficiency of professional-applied physical training of students based on the use of multimedia technologies. *Scientific journal of the NPU named after MP Drahomanov*. Vol. 1 (107). pp. 25-29.
9. Kashuba V.O., Golovanova N.L. (2018) Innovative technologies in the process of professional-applied physical training of students: a monograph. - Lutsk: Tower-Print. 208 p.

10. Marinchuk, P. I. (2018) Correction of the physical condition of students of the specialty "Musical art" in the process of professional-applied physical training: diss...Candidate Sciences of Phys. education and sports: 24.00.02. K. 290 p.
11. Kashuba, V.O., Golovanova, N.L. (2018) "Increase in efficiency of professionally applied physical training of pupils of 16-17 years old based on application of informational and methodical systems", Physical education of students, no. 22(2), p.57–62.
12. Kashuba Vitaliy, Asauliyuk Inna, Dyachenko Anna (2017) Characteristics of the biogeometric profile of students' posture in the process of vocational and physical training. Journal of Education, Health and Sport.7(6). p 1255-1264.
13. Kashuba Vitaliy, Asauliyuk Inna, Diachenko Anna (2017) The Formation of theoretical knowledge of students in the discipline of "Physical Education" in the process of professional and applied physical training. Journal of Education, Health and Sport. 7(5):1054-1065. eISSN 2391-8306. DOI <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.2547839>
14. Kashuba Vitaliy, Asauliyuk Inna, Diachenko Anna. (2017) A modern view on the use of information technologies in the process of physical education of student youth. Journal of Education, Health and Sport;7(2):765-775.

Король С. А.,
кандидат наук з фізичного виховання і спорту,
старший викладач
Сірик А. Є.,
старший викладач
Сумський державний університет, м. Суми

УДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У СПОРТИВНОМУ ОРІЄНТУВАННІ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ

У статті розкрито зміст методики технічної підготовки спортсменів-орієнтувальників на початковому етапі підготовки, що базується на застосуванні засобів переважно ігрової спрямованості та в умовах педагогічного експерименту доведено її ефективність.

За результатами дослідження встановлено, що в експериментальній групі статистично достовірно на рівні $p < 0,05-0,001$ покращилися всі досліджувані показники і приріст їх у порівнянні з контрольною групою був більшим, зокрема: у тесті, що перевіряє знання умовних знаків, кількості правильно відмічених КП під час проходження маркованої дистанції, часі виконання завдання «відмітник», відхиленні в метрах в тестовій вправі «почуття відстані» на 100 м по дорозі і пересічній місцевості, відхиленні в метрах під час бігу в азимут на 100 і 200 м.

Ключові слова: спортивне орієнтування, технічна підготовленість, початкова підготовка, ігровий метод.

Король С. А., Сірик А. Е. Усовершенствование технической подготовки в спортивном ориентировании на этапе начальной подготовки. В статье раскрыто содержание методики технической подготовки спортсменов-ориентировщиков на начальном этапе подготовки, основанной на применении средств преимущественно игровой направленности и в условиях педагогического эксперимента доказана ее эффективность.

По результатам исследования установлено, что в экспериментальной группе статистически достоверно на уровне $p < 0,05-0,001$ улучшились все исследуемые показатели и их прирост по сравнению с контрольной группой был большим, в частности: в тесте, который проверяет знания условных знаков, количества правильно отмеченных КП при прохождении маркированной дистанции, времени выполнения задания «отметун», отклонении в метрах в упражнении «чувство расстояния» на 100 м по дороге и пересеченной местностью, отклонении в метрах при беге в азимут на 100 и 200 м.

Ключевые слова: спортивное ориентирование, техническая подготовленность, начальная подготовка, игровой метод.

Korol S., Siryk A. The improvement of technical preparation at the initial stage of training in orienteering. The article considers the possibility of intensification of athletes' technical training at its initial stage in orienteering. A promising direction has been identified namely the top use of technique training means of play selectivity based on the analysis and synthesis of data from learned treatises since it most closely meets the natural requirements of young athletes.

We have developed a gaming technique methodology which includes a computer study program for learning map symbols in orienteering, a computer orienteering simulator, ability games, action-oriented games, relay races with specific orienteering completion, labyrinth games and mini-orienteering. We have also provided guidelines on their application in the training process.

The methodology implementation in the conditions of a pedagogical experiment lasted an academic year. Based on the research findings it was found out that all the studied parameters in experimental groups improved statistically reliable at the level of $p < 0,05-0,001$. Testing indicators in map symbols showed the growth of 6.8 symbols ($t = 3.77$); the deviation from the azimuthal direction decreased on 7.8 m ($t = 3.88$) at a 100m distance and on 9.8 m ($t = 3.64$) at 200 m distance respectively. When performing a "sense of distance" test the deviation decreased on 3.9 m ($t = 2.52$) on the road and on 5.6 m ($t = 2.53$) on the cross country locality. The growth of correctly marked control station points amounted 4.1 ($t = 3.08$) on the marked distance. In the exercise "Pointer" the runtime reduced on 30.2 seconds ($t = 3.03$). In the control group, the growth of the studied indicators was lower and only three indicators had reliable changes ($p < 0.05$). The results of the map symbols test improved on 4.6 symbols ($t = 2.58$). The number of correctly marked control station points on the marked distance increased on 2,8 ($t = 2,19$), while when passing the task "Pointer" the runtime reduced on 21,9 s ($t = 2,12$).

Key words: orienteering, technical training, initial stage of training, game method.