

## Технічна підготовка висококваліфікованих хокеїстів на траві в контексті модельно-цільового підходу

Перепелиця О.А.

Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського

### Анотація:

Розглянуто можливості удосконалення спортивної майстерності хокеїстів на траві на основі модельно-цільового підходу. Метою дослідження є вивчення динаміки технічної підготовленості хокеїстів високої кваліфікації на траві під впливом експериментально-розробленої річної системи побудови навчально-тренувального процесу. В експерименті брали участь 21 спортсмен (середній вік – 23,7 років). Встановлена динаміка технічної підготовленості висококваліфікованих хокеїстів на траві протягом річного макроциклу. Визначені модельні показники технічної підготовленості гравців на кожному з основних етапів річного тренувального циклу. Резерви у показниках технічної підготовленості вбачаються у підвищенні рівня виконання тестових вправ на швидкість. Рекомендується усувати дисбаланс у використанні специфічних і неспецифічних засобів.

**Перепелиця А.А. Техническая подготовка высококвалифицированных хоккеистов на траве в контексте модельно-целевого подхода.** Рассмотрены возможности совершенствования спортивного мастерства хоккеистов на траве на основе модельно-целевого подхода. Целью исследования является изучение динамики технической подготовленности хоккеистов высокой квалификации на траве под влиянием экспериментально разработанной летней системы построения учебно-тренировочного процесса. В эксперименте принимали участие 21 спортсмен (средний возраст – 23,7 лет). Установлена динамика технической подготовленности высококвалифицированных хоккеистов на траве в течение годичного макроцикла. Определены модельные показатели технической подготовленности игроков на каждом из основных этапов летнего тренировочного цикла. Резервы в показателях технической подготовленности усматриваются в повышении уровня выполнения тестовых упражнений на скорость. Рекомендуется устранять дисбаланс в использовании специфических и неспецифических средств.

**Perepelytsya O.A. Technical training of highly skilled hockey players on the grass in the Context of Model-purpose approach.** The possibilities of improving sportsmanship hockey on grass-based modeling-based approach. The aim is to study the dynamics of technical preparedness of highly qualified hockey players on grass under the influence of experimental summer system of development a training process. The experiment involved 21 athlete (average age – 23.7 years). Installed speaker technical training of highly qualified hockey players on grass during the annual macrocycle. The identified model parameters of technical preparedness of the players on each of the main stages of the annual training cycle. Reserves in terms of technical training are seen in increasing performance testing exercises on speed. It is recommended to eliminate the imbalance in the use of specific and nonspecific means.

### Ключові слова:

хокей на траві, технічна, підготовка, тренувальний, цикл, модельний, цільовий, підхід.

хоккей на траве, техническая, подготовка, тренировочный, цикл, модельный, целевой, подход.

field hockey, technology, education, training, cycle, modeling, targeted, approach.

### Вступ.

Удосконалення навчально-тренувального процесу з метою досягнення самого ефективного (в межах оптимального) його функціонування можливе завдяки всебічного урахування закономірностей, сучасних засобів та методів, особливостей самої системи підготовки, її зовнішніх і внутрішніх умов і чинників [5]. Всі перераховані чинники в кінцевому рахунку впливають і на оптимізацію технічної підготовки [7].

Рівень технічної майстерності висококваліфікованих спортсменів-ігровиків визначають, з одного боку, природна обдарованість, а з іншого – тренуваність. Встановлено, що надане природою і придбане в тренуваннях роблять різний «внесок» у рівень техніки володіння м'ячем (у рівень прояву точності і швидкості в діях з м'ячем) гравцями [3,4,8]. Так, наприклад у футболістів високого класу (виключаючи гравців-«зірок»), що мають приблизно однаковий стаж занять футболом, цей рівень на 50-70% визначається успадкованою здатністю виконувати будь-які рухи точно і на 5-10% розвитком рухової чутливості. Інший «внесок» (від 20 до 45%) у рівень прояву кваліфікованими футболістами точності і швидкості при виконанні дій з м'ячем вносить тренування конкретних технічних прийомів [6]. Це означає, що різні гравці можуть досягти однакової точності виконання однієї й тієї ж дії з м'ячем у більшій мірі за рахунок або природної обдарованості до виконання будь-яких рухів точно, або тренуваності.

Дані про співвідношення «внеску» різних факторів в рівень технічної майстерності дозволяють зробити висновок, що в можливості досягнення кваліфікованими гравцями більш високої точності дій з м'ячем за інших рівних умов (рівній природній обдарованості, руховій підготовленості) визначаються саме тренуванням.

Проблеми удосконалення технічної підготовки в ігрових видах спорту розглядали Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов (2002, 2004), С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва (2000, 2008), Г.А. Лисенчук (2004), Ж.Л. Козіна, С.С. Єрмаков (2012) [1], І.Г. Максименко (2012) [2], М. Cieślicka (2012) [8], F. Lebed (2006) [9] та ін.. Дослідженнями особливостей підготовки в хокеї на траві займалися В.М. Костюкевич (2000, 2010), С.К. Сарсания, В.Н. Селуянов (1991), Г.Г. Удилов (1999), Е.В. Федотова (1999-2005), С. Sunderland M.E., Nevill (2005) [10], M. Tremayne, D.V. Thiel [11]. Представляє певний інтерес вивчення динаміки технічної підготовленості висококваліфікованих хокеїстів на траві відповідно до принципів модельно-цільового підходу.

Робота виконана у відповідності до плану НДР Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського.

### Мета, завдання роботи, матеріал і методи.

*Мета дослідження* – вивчити динаміку технічної підготовленості хокеїстів на траві високої кваліфікації під впливом експериментально розробленої річної системи побудови навчально-тренувального процесу.

*Організація дослідження.* Дослідження було проведено упродовж двох ігрових сезонів 2009-2011 рр. Педагогічний експеримент проводився на команді майстрів вищої ліги чемпіонату України з хокею на траві, учасники міжнародних Європейських турнірів (кубок Кубків Європейських країн та Кубок Чемпіонів) „Олімпік-ШВСМ” (Вінниця). Безпосередньо в основному педагогічному експерименті брали участь 21 спортсмен, середній вік гравців команди 23,7 років.

#### Результати дослідження.

Тенденції розвитку сучасного хокею на траві вимагають високого рівня техніко-тактичної майстерності у поєднанні з відповідним рівнем розвитку основних для виду спорту фізичних якостей – швидкості, спритності, витривалості та швидкісно-силових здібностей. Обрані нами тести передбачали визначення саме таких якостей. До того ж, ведення м'яча, обведення стійок, удар у ворота, передача м'яча в ціль, кидок м'яча ключкою на дальність повністю відбивають специфіку гри в хокей на траві, а тест з бігом на 14,63 м з вибиванням м'яча взагалі моделює виконання штрафного кутового удару.

За результатами констатуючого експерименту було визначено, що динаміка показників у цілому задовольняє запити змагальної діяльності, найвищі результати у більшості тестів випадали на I-й або II-й змагальний період. Тому резерви у показниках технічної підготовленості ми вбачали у підвищенні рівня виконання тестових вправ – як швидкості, так і їх якості.

Результати дальності кидка ключкою були вищими за ті, що були отримані у констатуючому експерименті дослідження, проте не мали статистично значущої різниці ( $P > 0,05$ ) на жодному з етапів річного тренувального циклу (рис. 1).

Швидкість бігу на 14,63 м з подальшим вибиванням м'яча у процесі формуючого експерименту мала

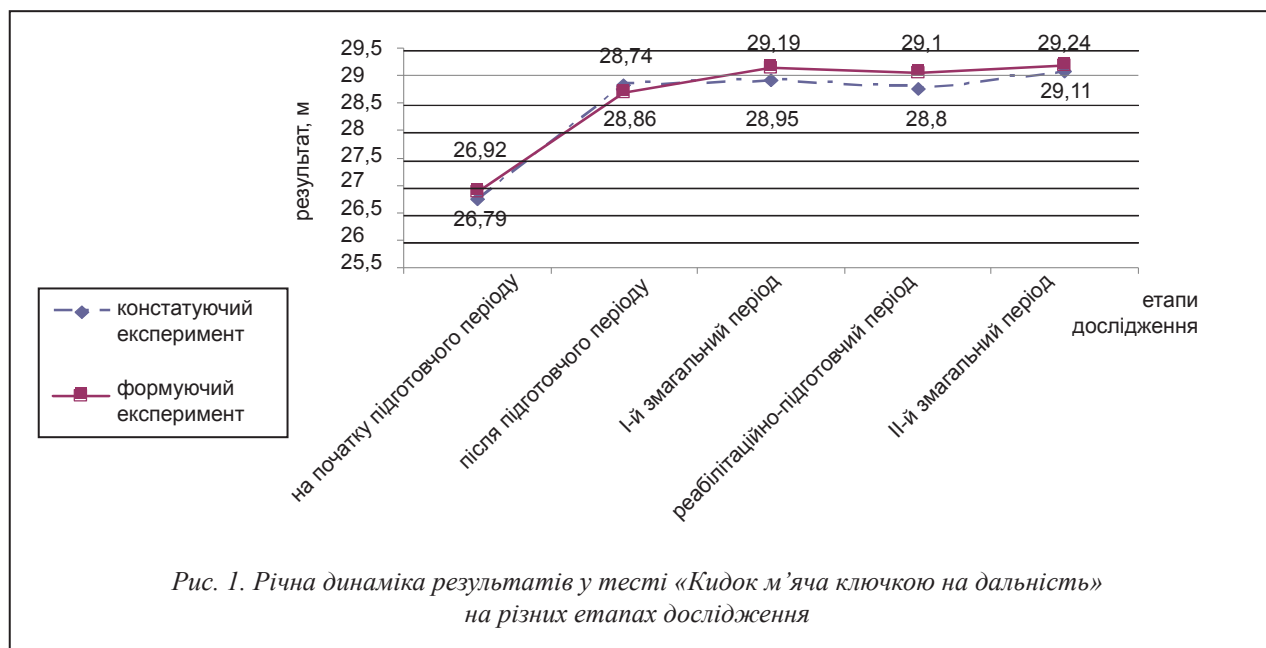
певну відмінність від попереднього року. Так, у констатуючому експерименті найвищі результати були зафіксовані відразу після підготовчого періоду, вони склалися у середньому 2,23 с, у подальшому швидкість погіршилася і такого рівня вже не досягла. Це означало, що у змагальних періодах не було досягнуто вищого рівня спеціальної швидкості у сполученні з швидкісно-силовими рухами (вибивання м'яча ключкою). Результати кваліфікованих хокеїстів формуючого експерименту мали висхідну тенденцію до I-го змагального періоду з другою фазою відносної стабілізації цього показника упродовж наступних етапів підготовки (рис. 2). Абсолютні результати не на багато відрізнялися від результатів попереднього року і тому не мали статистичної відмінності ( $P > 0,05$ ).

Два наступних показника технічної підготовленості характеризуються як з боку швидкості виконання вправ (рис. 3, 5), так і з боку якості виконання зв'язки технічних прийомів – ведення, обведень, кидків та націлених передач (рис. 4, 6).

В обох тестах крива показників мала схожий вигляд, однак результати виконання у формуючому експерименті були вищими за попередні і не відзначалося погіршення швидкості на реабілітаційно-підготовчому періоді підготовки. Тобто було враховано й усунено дисбаланс у використанні специфічних і неспецифічних засобів, що і призвело до таких позитивних наслідків. Найвищі результати були отримані у II-му змагальному періоді.

Показники якості виконання вище названих тестів були також кращими за попередні, однак не мали статистичної достовірності ( $P > 0,05$ ). Це пояснюється по-перше, умовами виконання тесту і по-друге, достатньо високими результатами хокеїстів.

Так, наприклад, в першому достатньо важкому тесті максимально можливий результат відповідав би 15 балам (хокеїст повинен був без промаху 5 разів



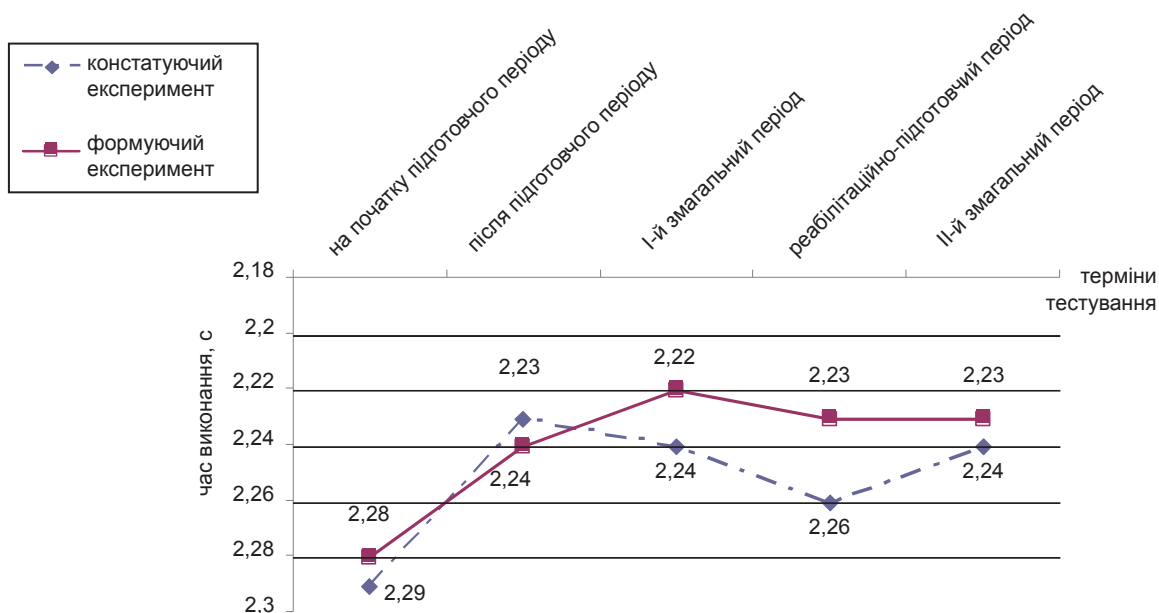


Рис. 2 Річна динаміка результатів у тесті «Біг 14,63 м з місця із вибиванням м'яча» на різних етапах дослідження

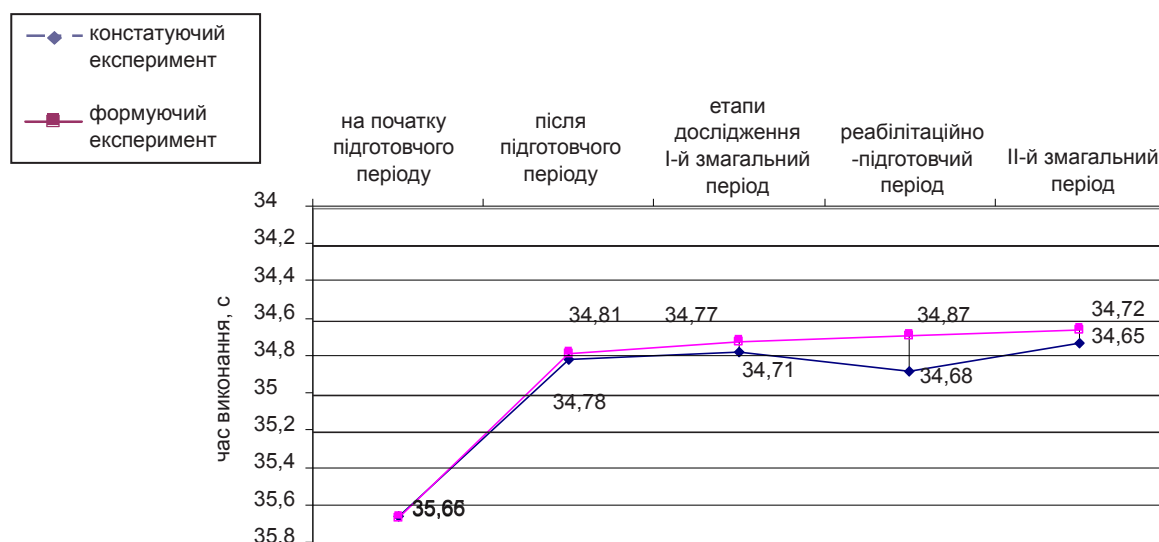


Рис. 3. Річна динаміка результатів швидкості виконання тесту «Ведення, обведення стійок, удар у ворота» на різних етапах дослідження

виконати удар у бічну частину воріт, попередньо на швидкості необхідно виконати ведення та обведення стійок), отриманий нами максимальний результат становив 9 балів, мінімальний – 5 балів. У тесті з виконанням передач в ціль максимальний результат складав 5 балів (максимально можливий за умовами виконання), а мінімальний – 3 бали.

#### Висновки.

Результати контрольних випробувань висококваліфікованих хокеїстів на траві, які брали участь в експериментальному дослідженні, дозволили встановити динаміку показників технічної підготовленості протягом різних етапів річного тренувального циклу.

Позитивна динаміка підготовленості хокеїстів

упродовж річного тренувального циклу майже за всіма показниками підтверджує ефективність розробленої експериментальної програми річної підготовки з урахуванням цільових установок на кожному з етапів тренувального циклу. В окремих випадках ці зміни мали статистичну достовірність у порівнянні з попередніми результатами констатуючого етапу дослідження ( $P < 0,05$ ), що підтверджує наукове і практичне значення проведеного дослідження.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці нових видів технічної підготовки спортсменів в контексті модельного підходу.

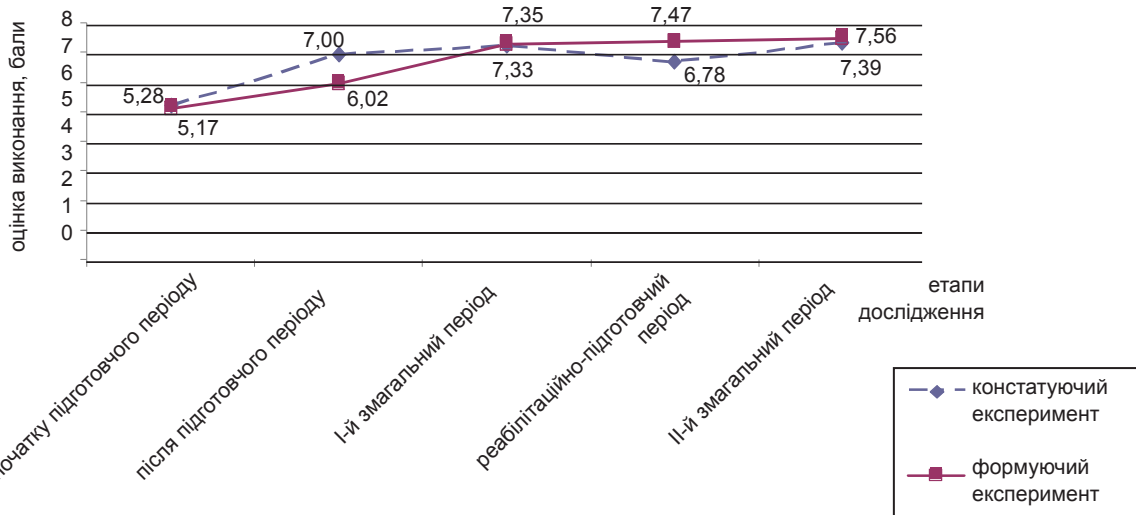


Рис. 4. Річна динаміка результатів якості виконання тесту «Ведення, обведення стійок, удар у ворота» на різних етапах дослідження

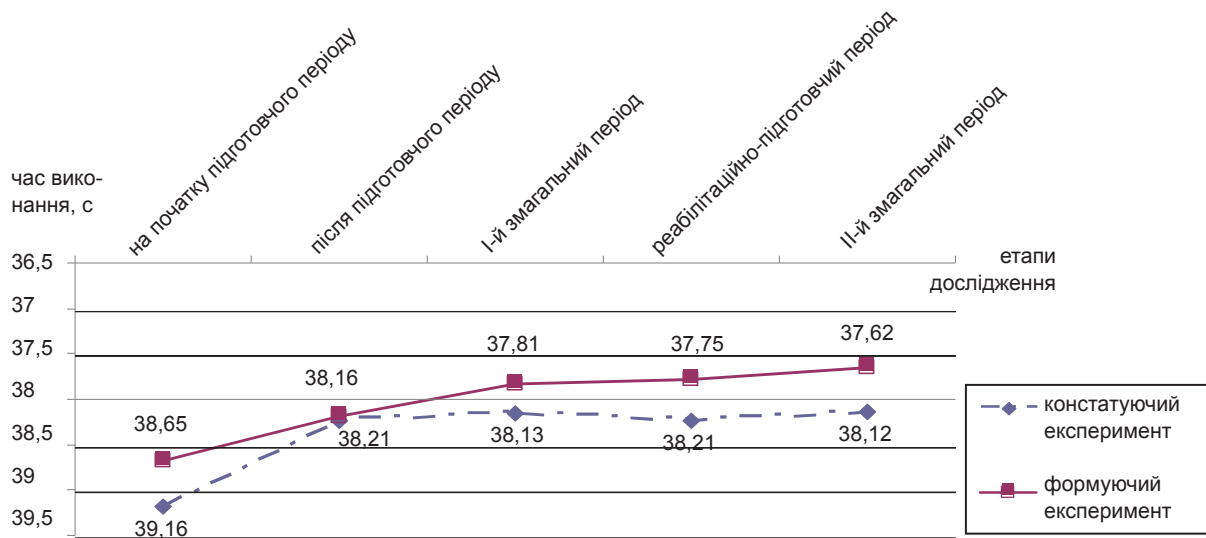


Рис. 5. Річна динаміка результатів швидкості виконання тесту «Ведення, передача м'яча в ціль» на різних етапах дослідження

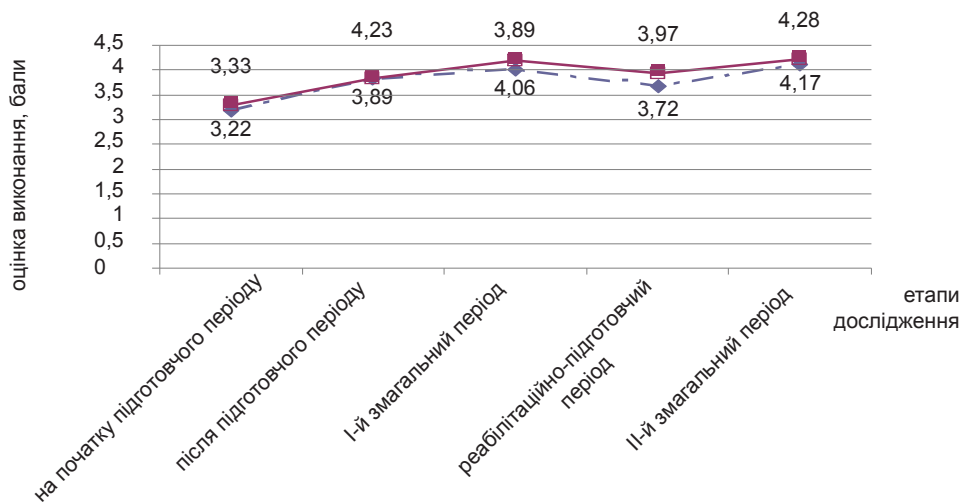


Рис. 6. Річна динаміка результатів якості виконання тесту «Ведення, передача м'яча в ціль» на різних етапах дослідження

### Література.

1. Козина Ж.Л. Методологические основы определения индивидуальных особенностей волейболисток на этапе специализированной базовой подготовки / Ж.Л. Козина, С.С. Ермаков, А.О. Погорелова // Физическое воспитание студентов, 2012. – №3. – С. 53-60.
2. Максименко И.Г. Учет факторов, влияющих на формирование мастерства спортсменов высокой квалификации, в подготовке резерва (на примере спортивных игр) // Физическое воспитание студентов, 2012. – №2. – С. 60-62.
3. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства: Учеб. для студ. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин и др. Под ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова. – М., Издательский центр «Академия». – 2004. – 400 с.
4. Федотова Е.В. Хоккей на траве: состояние, тенденции развития, перспективы: Метод. разработка. – М., ФХТР. – 2004. – С. 2-25.
5. Харабуга С.Г. Основные положения в системе подготовки спортсменов высокого класса / С.Г. Харабуга, В.Н. Банкин, Х. Колляс // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб.наук.пр. під ред. Єрмакова С.С. – Харків, ХХІІІ. – 2002. – № 2 – С. 37 – 44.
6. Чирва Б.Г. Футбол. Концепция технической и тактической подготовки футболистов : монография. – М., ТВТ «Дивизион» . – 2008. – 336 с.
7. Шестаков М.П. Управление технической подготовкой спортсменов с использованием моделирования // Теория и практика физической культуры, 1998. – №3. – С. 51- 54.
8. Cieślicka M. General efficiency of volleyball players from MUKS „Joker” Świecie / M. Cieślicka, B. Dix, M. Napierała, W. Zukow // Health – the proper functioning of man in all spheres of life Bydgoszcz, Bydgoszcz school higher, 2012. – pp. 117 – 130.
9. Lebed F. System approach to games and competitive playing // European Journal of Sport Science, 2006. – vol.6(1). – pp. 33–42. – doi:10.1080/17461390500422820.
10. Sunderland C. High-intensity intermittent running and field hockey skill performance in the heat / C. Sunderland, M.E. Nevill // Journal of Sports Sciences, 2005. – vol.23(5). – pp. 531–540. – doi:10.1080/02640410410001730197.
11. Tremayne M. Accelerometer measures of field hockey skills development / M. Tremayne, D.V. Thiel, S. Nottle // Sports Technology, 2011. – vol.4(3-4). – pp. 122–127. – doi:10.1080/19346182.2012.725408.

### References:

1. Kozina Zh.L., Iermakov S.S., Pogorelova A.O. *Fiziceskoe vospitanie studentov* [Physical Education of Students], 2012, vol.3, pp. 53-60.
2. Maksimenko I.G. *Fiziceskoe vospitanie studentov* [Physical Education of Students], 2012, vol.2, pp. 60-62.
3. Zhelezniak Iu.D., Portnov Iu.M., Savin V.P. *Sportivnye igry: Sovershenstvovanie sportivnogo masterstva*: [Sports Games: Improving sports skills], Moscow, Academy, 2004, 400 p.
4. Fedotova E.V. *Khokkej na trave* [Field hockey], Moscow, FHTP, 2004, pp. 2-25.
5. Kharabuga S.G., Bankin V.N., Kollias Kh. *Pedagogika, psihologia ta mediko-biologicni problemi fizicnogo viovanna i sportu* [Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports], 2002, vol. 2, pp. 37 – 44.
6. Chirva B.G. *Futbol* [Football], Moscow, TVT Division, 2008, 336 p.
7. Shestakov M.P. *Teoriia i praktika fizicheskoi kul'tury* [Theory and practice of physical culture], 1998, vol.3, pp. 51- 54.
8. Cieślicka M., Dix B., Napierała M., Zukow W. General efficiency of volleyball players from MUKS „Joker” Świecie. *Health – the proper functioning of man in all spheres of life Bydgoszcz*. Bydgoszcz school higher, 2012, pp. 117 – 130.
9. Lebed F. System approach to games and competitive playing. *European Journal of Sport Science*, 2006, vol.6(1), pp. 33–42, doi:10.1080/17461390500422820.
10. Sunderland C., Nevill M.E. High-intensity intermittent running and field hockey skill performance in the heat. *Journal of Sports Sciences*, 2005, vol.23(5), pp. 531–540, doi:10.1080/02640410410001730197.
11. Tremayne M., Thiel D.V., Nottle S. Accelerometer measures of field hockey skills development. *Sports Technology*. 2011, vol.4(3-4), pp. 122–127, doi:10.1080/19346182.2012.725408.

### Інформація об авторі:

**Перепелица Александр Анатольевич:** info@vspu.net; Винницький державний педагогічний університет; ул. Острозького, 32, Вінниця, 21100, Україна.

### Information about the author:

**Perepelytsya O.A.:** info@vspu.net; Vinnitsa State Pedagogical University; Ostrozko str, 32, Vinnitsa, 21100, Ukraine.

**Цитуруйте эту статью как:** Перепелица О.А. Технічна підготовка висококваліфікованих хокеїстів на траві в контексті модельно-цільового підходу // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2013. – № 8 – С. 69-73. doi:10.6084/m9.figshare.747476

**Cite this article as:** Perepelytsya O.A. Technical training of highly skilled hockey players on the grass in the Context of Model-purpose approach. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*, 2013, vol.8, pp. 69-73. doi:10.6084/m9.figshare.747476

Электронная версия этой статьи является полной и может быть найдена на сайте: <http://www.sportpedagogy.org.ua/html/arhive.html>

The electronic version of this article is the complete one and can be found online at: <http://www.sportpedagogy.org.ua/html/arhive-e.html>

Это статья Открытого Доступа распространяется под терминами Creative Commons Attribution License, которая разрешает неограниченное использование, распространение и копирование любыми средствами, обеспечивающими должное цитирование этой оригинальной статьи (<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/deed.ru>).

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited (<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/deed.en>).

Дата поступления в редакцию: 06.06.2013 г.  
Опубликовано: 30.08.2013 г.

Received: 06.06.2013  
Published: 30.08.2013