

МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ЕТАПІВ
БАГАТОРІЧНОГО ПРОЦЕСУ
СПОРТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ В
ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИХ ВИДАХ СПОРТУ



Долбишева Ніна

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту

Аннотация

В данной статье представлена характеристика этапов подготовки спортсменов в интеллектуальных видах спорта. Раскрыты основные цели, задачи, структура, особенности и длительность многолетней подготовки спортсменов. Основными особенностями многолетней подготовки в интеллектуальных видах спорта являются: четырех этапная система подготовки, которая имеет возрастные границы и направлена непосредственно на развитие умственных и интеллектуальных способностей с учетом возрастных психологических особенностей, а также длительность спортивной карьеры и определяющие ее факторы.

Ключевые слова: процесс, этапы, структура, многолетняя подготовка, уровень подготовки, возрастные границы, режим работы, объем нагрузки, спортсмены, интеллектуальные виды спорта.

Annotation

This article presents a description of the stages of athletes' preparation in intellectual sports. It discovers the main goals, objectives, structure, characteristics and duration of long-term preparation of athletes. The main features of the long-term training in intellectual sports are four-stage training system, which has age limits and focused directly on the development of mental and intellectual ability with consideration of age psychological features, as well as the duration of sports career and their determinants.

Keywords: process, stages, structure, years of training, level of training, age limit, working mode, volume of load, athletes, intellectual sports.

Постановка проблеми. Багаторічний процес підготовки базується на об'єктивних закономірностях і принципах становлення спортивної майстерності в системі багаторічного вдосконалення, який має специфічні особливості в конкретних видах спорту [5]. Тривалість і структура багаторічної підготовки, як зазначає В.М. Платонов (2004), залежить від таких факторів: індивідуальних і статевих особливостей спортсменів, темпів їх біологічної зрілості; віку, з якого особа почала займатися спортом; структури змагальної діяльності та підготовленості спортсмена; закономірностей становлення різних сторін спортивної майстерності та формування адаптаційних процесів; змісту тренувального процесу [5, 6]. Однак в інтелектуальних видах спорту однією з особливостей є розвиток розумових та інтелектуальних здібностей людини у віковому аспекті та їх підтримка протягом усієї спортивної кар'єри, яка триває 30 і навіть 50 років, що повинно враховуватись.

М.Я. Набатнікова та В.П. Філін визначають, що багаторічна підготовка будується на основних методичних положеннях, які дозволяють ефективно досягти спортивної майстерності та утримувати її достатньо тривалий час, до них відносять: єдину педагогічну систему, яка забезпечує



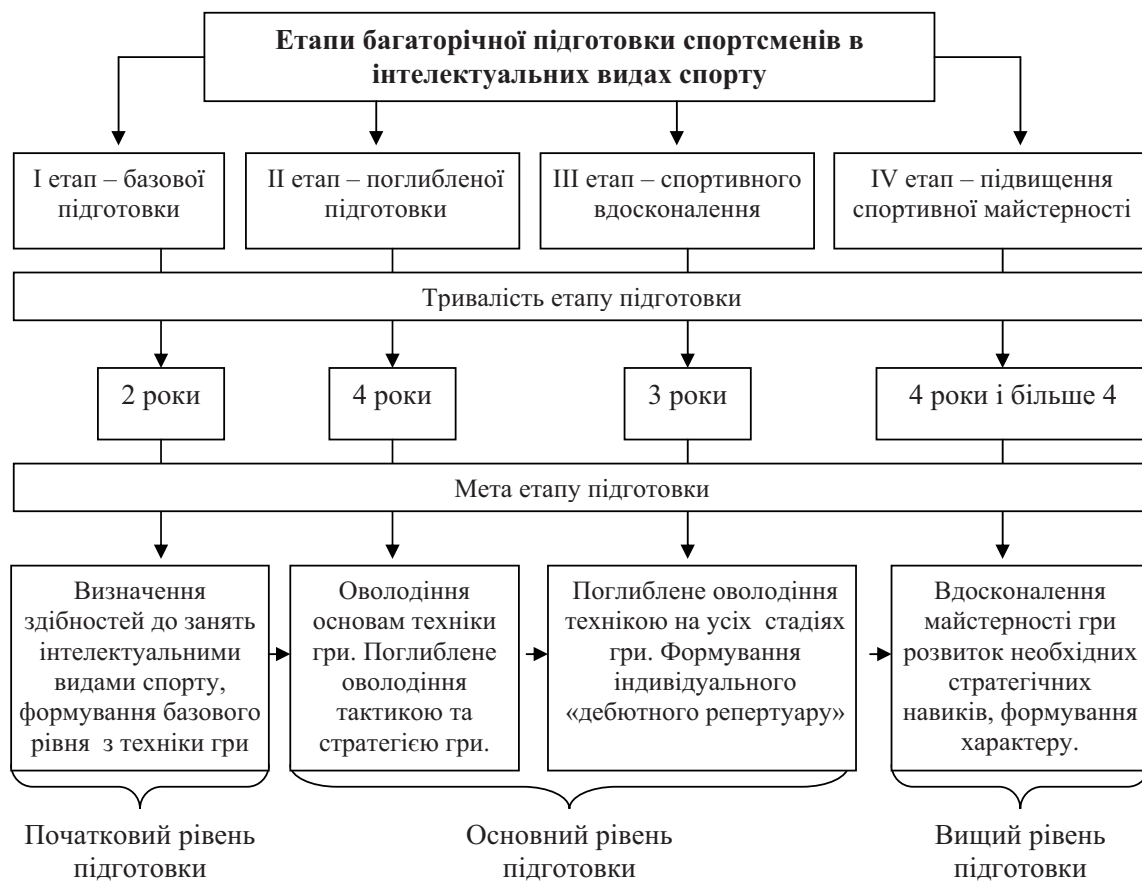


Рис. 1. Структура багаторічної підготовки спортсменів в інтелектуальних видах спорту

спадковість завдань, засобів, методів і форм підготовки спортсменів різних вікових груп; цільову спрямованість процесу підготовки спортсменів всіх вікових груп до найвищих досягнень; оптимальне співвідношення різних сторін підготовленості на різних етапах; неухильне зростання обсягів загальної та спеціальної підготовки (співвідношення між якими постійно коливається); планомірне зростання обсягу та інтенсивності тренувальних та змагальних навантажень [2].

Необхідно зазначити, що існує достатньо чітка система знань щодо багаторічної підготовки спортсменів у динамічних видах спорту – Л.П. Матвеев (1977-2010), В.М. Платонов (1983-2014), D. Harre (1971, 1982), М.Я. Набатнікова та В.П. Філін (1995), Т. Avischious (1999), J. Drabik

(1996), І. Balyi (2004), S.Plisk (2004), F. Dick (2007) та ін. Однак на сьогодні є актуальним розглянути структуру багаторічної підготовки в інтелектуальних видах спорту та розкрити її особливості, як окремої специфічної автономії системи підготовки спортсменів-інтелектуалів.

Зв'язок роботи з науковими планами та темами. Робота виконується згідно із Зведеним планом НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2016-2020 рр. за темою: «Історичні, організаційно-правові та теоретико-методичні основи підготовки спортсменів в неолімпійському спорті» державний реєстраційний номер 0116U003008

Мета дослідження: розкрити особливості та надати характеристику етапів багаторічної підготовки спортсменів в інтелекту-

альних видах спорту.

Методи дослідження: узагальнення науково-методичної літератури і програмно-нормативних документів, аналіз і синтез, системний підхід.

Виклад основного матеріалу. На основі аналізу та синтезу багаторічна підготовка в інтелектуальних видах спорту передбачає: досягнення високого рівня практичної майстерності; здобуття фундаментального обсягу теоретичних знань у відповідності до їх сучасного рівня; засвоєння вміння здійснювати практичний аналіз і дослідницьку роботу, що є підґрунтям підвищення класу гри і спортивних результатів; забезпечення морально-психологічної та загально фізичної підготовки; набування глибокого обсягу інтелектуальної культури з таких галузей знань, як історія, осно-



Сенситивні періоди розвитку інтелектуальних якостей у віковому аспекті [8]

Інтелектуальні показники розвитку мислення	Етапи підготовки											
	базової підготовки		поглибленої підготовки				спортивного вдосконалення			підвищення спортивної майстерності		
	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17 і старше
Дооперативний рівень	+	+										
Оперативний рівень (конкретних операцій)		+	+	+								
Предметний рівень			+	+	+	+	+					
Рефлексивний рівень							+	+	+	+	+	
Особистий рівень											+	+
Наочно-діюче мислення	+	+										
Наочно-образне мислення		+	+	+	+	+	+					
Словесно-логічне мислення							+	+	+	+	+	+

Примітка: + - сенситивний період

ви класичної спадщини, традиції української інтелектуальної школи, робота з книгою, володіння комп'ютерною технікою тощо [1, 3, 4, 7, 8, 9].

Основу багаторічної підготовки в інтелектуальних видах спорту складають: узагальнені теоретико-методичні, наукові та практичні знання, які відображають і розкривають досягнення спортсменів на світовому рівні у відповідності з тривалістю їх підготовки та специфіки сходження до вершин спортивної майстерності; знання вікових і статевих анатомо-фізіологічних і психологічних особливостей спортсменів; зв'язок між змістом і засобами спортивної підготовки протягом спортивної кар'єри; особливості становлення спортивної форми, різних сторін підготовленості та адаптації основних функціональних систем на основі спортивно-педагогічних і медико-біологічних закономірностей; досвід участі в змаганнях і використання досвіду змагальної діяльності. Узагальнення фактичного матеріалу дозволило встановити, що багаторічна підготовка в цих видах спорту має

специфічний розподіл, який охоплює чотири етапи – етап базової підготовки, етап поглибленої підготовки, етап спортивного удосконалення та етап підвищення спортивної майстерності. Такий підхід до структури багаторічної підготовки співпадає з побудовою процесу багаторічної підготовки, представленою М.Я. Набатниковою та В.П. Філіним (1995 р.), який базується на основних методичних підходах, які орієнтовані на досягнення найвищого результату відповідно до вікових обмежень, а саме – зон оптимальних можливостей спортсмена [2].

Однак необхідно зазначити, що структура багаторічної підготовки в інтелектуальних видах спорту має певні відмінності у тривалості етапів, комплектації груп і поставлених завдань, а також основних критеріїв, які впливають на структуру багаторічної підготовки, а саме – особливостей розумового, інтелектуального та психо-емоційного розвитку у віковому аспекті (рис. 1).

Особливістю 4-етапної структури багаторічного процесу підготовки спортсменів-інтелектуалів полягає у визначенні і дотри-

манні трьох рівнів підготовки: початкового – характеризується базовою підготовкою, основного – примітний фундаментальною підготовкою, вищий – акцент на вдосконаленні фундаментальної підготовки [3, 4].

Структура багаторічної підготовки в інтелектуальних видах спорту визначається у відповідності із сенситивними періодами розвитку інтелектуальних якостей (табл. 1), які з віком не просто зростають, але й змінюються. Так, у 7-8 років дитина мислить конкретними категоріями та має понятійне мислення, що характеризує їх обмеженість. В 11-12 років діти починають мислити більш самостійно, аналізувати, самі робити висновки, порівнювати, знаходити часткове та загальне, встановлювати закономірності. Сформовані раніше уміння класифікувати об'єкти переходять у здібності комбінаторного мислення, а саме уміння аналізувати фізичні події, а в подальшому змінювати їх та логічно обґрунтовувати виступаючи як «кваліфікований екзаменатор». Після 12 років у дітей з'являється здатність міркувати гіпотетично і



Вікові межі та режим роботи в інтелектуальних видах спорту на різних етапах підготовки (на прикладі шахів, шашок та го) [1,4,7,9]

Рік навчання	Вік учнів	Мінімальна кількість		Вимоги до спортивної підготовки	Навчальні групи
		учнів у групі	навчальних годин на тиждень		
I етап базової підготовки					
1	6 років	12	6	Без розряду	Група початкової підготовки 1 року навчання
2	7 років	10	8	III спортивний розряд	Група початкової підготовки 2 року навчання
II етап поглибленої підготовки					
3	8 років	8	12	III-II спортивний розряд	Навчально-тренувальна група 1 року навчання
4	9 років	8	14	II спортивний розряд	Навчально-тренувальна група 2 року навчання
5	10 років	7	18	II-I спортивний розряд	Навчально-тренувальна група 3 року навчання
6	11 років	7	20	I спортивний розряд	Навчально-тренувальна група 4 року навчання
III етап спортивного удосконалення					
7	12 років	6	24	I спортивний розряд	Групи спортивного вдосконалення 1 року навчання
8	13 років	5	26	Кандидат в майстри спорту	Групи спортивного вдосконалення 2 року навчання
9	14 років	5	28		Групи спортивного вдосконалення 3 року навчання
IV етап підвищення спортивної майстерності					
10-12	15-17 років	4	32	Майстер спорту	Групи вищої спортивної майстерності
12 і більше	18 і старші	-	32		

незалежно від змісту предметної області, без конкретної опори. Формальні розумові операції досягають логіки дорослої людини, на них базується елементарне наукове мислення, яке функціонує за допомогою гіпотез і дедукції. Їх абстрактне мислення набуває здатності робити висновки за правилами формальної логіки і комбінаторики, що дозволяє підлітку визначати гіпотези та знаходити можливості їх експериментальної перевірки.

Таким чином, етапи багаторічної підготовки з одного боку прямолінійно залежать від роз-

витку інтелектуальних якостей, а з іншого зумовлюються непрямолінійним рухом від одної стадії розвитку до іншої, що йде за спіраллю та характеризується різними формами та змістом мислення. Також інтелектуальні здібності від етапу до етапу підлягають переосмисленню, реструктуруванню та інтегруванню або об'єднанню на більш високому рівні.

Загальна структура і тривалість багаторічної підготовки в інтелектуальних видах спорту у вікових зонах, дозволила упорядкувати тренувальний процес по

відношенню до кількості учнів у групах, навчальних годин на тиждень, вимог до спортивної підготовки, а також завдань, засобів та методів відповідно до закономірностей та принципів спортивного тренування (табл. 2). Так, в основу комплектування навчальних груп покладена система багаторічної підготовки з урахуванням вікових закономірностей становлення спортивної майстерності, збільшення тижневого навантаження та переведення дітей у наступні групи навчання, яка обумовлюється віком, стажем спортивних занять, виконанням контрольних норма-



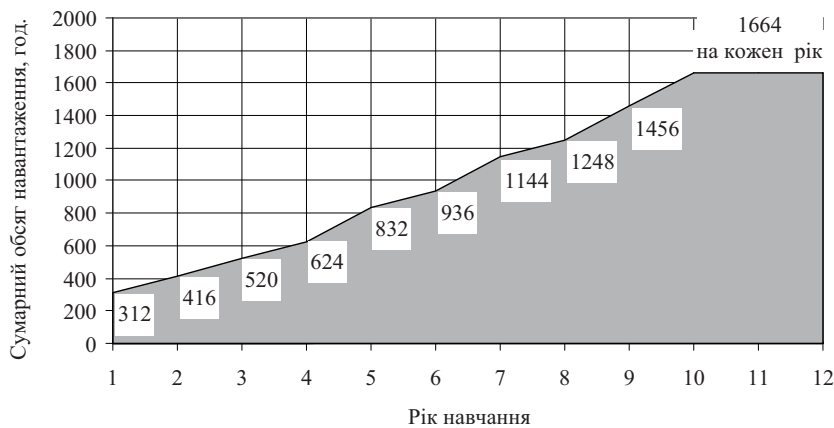


Рис. 2. Сумарний обсяг навантаження в інтелектуальних видах спорту у відповідності до року навчання (в год.)

тивів із загальної фізичної підготовки та позитивною динамікою спортивних результатів [1, 7, 8, 9].

Необхідно відзначити, що вік спортсменів визначається за роком народження та є мінімальним для зарахування в навчальні групи, однак допускається перевищення зазначеного віку не більше ніж на два роки. Встановлене тижневе навантаження є максимальним, однак в залежності від рівня спортивної підготовленості спортсменів дозволяється зниження або збільшення тижневого навантаження не більш ніж на 25%.

Загальне сумарне навчально-тренувальне навантаження на навчальний рік визначається з урахуванням тижневого обсягу календарного року, який складає 52 тижні (рис. 2). Однак планування годинного навантаження на етапах базової та поглибленої підготовки здійснюється з розрахунку на 46 тижнів занять в умовах школи та, додатково, 6 тижнів в умовах дитячого табору в період активного літнього відпочинку. На етапах спортивного вдосконалення та спортивної майстерності годинне навантаження має свої коливання, які пов'язані із систематичною участю у змаганнях, відповідно до календаря змагань, та обумовлюється побудовою тренувального процесу у макроструктурі за індивідуальними

програми підготовки.

Кожний етап підготовки вирішує ряд загальних і специфічних завдань, які пов'язані з формуванням особистості, базових і фундаментальних знань, умінь та навиків у відповідності з психолого-педагогічними особливостями та специфіки змагальної діяльності. З метою більш ефективної підготовки та корекції ходу індивідуального навчально-тренувального навантаження, необхідно здійснювати діагностування творчих здібностей спортсменів, визначати недоліки та переваги гри особи, її мислення та характеру. Крім цього, щорічно здійснюється та береться до уваги медико-біологічний і педагогічний контроль за станом здоров'я спортсменів і рівнем їх фізичної підготовленості.

Етап початкової підготовки є одним з найбільш важливих і виступає своєрідним підготовчим періодом для багаторічної підготовки, оскільки протягом перших двох років тренувань закладається повноцінний фундамент для майбутніх досягнень, а саме – основа для подальшого оволодіння інтелектуальною майстерністю гри. Він охоплює 2 роки навчання дітей віком 6-7 років, передбачає досягнення початкового рівня підготовки за рахунок планування тренувань у 6

та 8 год. на тиждень, вирішуючи загальні завдання, які пов'язані з базовими знаннями та основами техніки гри. У тому числі:

- формування знань з історії розвитку інтелектуального виду спорту та основ правил гри;
- розвиток творчих здібностей, навиків логічного та абстрактного мислення дітей, розумових та інтелектуальних можливостей дітей;

- формування базових знань, умінь і навичок гри у відповідності до особливостей інтелектуального виду спорту;

- ознайомлення з початковими тактичними та стратегічними прийомами гри;

- започаткування навиків з практичної гри на рівні початківця;

- формування стійкого інтересу та мотивації до занять інтелектуальними видами спорту;

- зміцнення фізичного та психічного здоров'я;

- формування знань та умінь організації активного дозвілля, мотивації та потреби до здорового способу життя;

- формування якостей відповідальності особи та профілактика асоціальної поведінки;

- залучення до суспільної праці.

Початок занять інтелектуальними видами спорту у шестирічному віці відноситься до видів спорту з ранньої спеціалізації. Тому на даному етапі підготовки доцільно здійснювати різнобічний розвиток розумових і фізичних якостей шляхом спеціально підібраних вправ спрямованих на розвиток пам'яті, уяви, логічного мислення, антиципації та уміння планувати свої дії, а також уміння приймати рішення. Це пов'язано з тим, що у шестирічному віці йде інтенсивне зростання та розвиток всіх функцій і систем організму дітей. В цьому віці діти легко «схоплюють» навчальний матеріал, а здобуті практичні навички закріплюються на десятки років вперед [4, 9]. Також вони набувають підвищеної здатності



до швидкої орієнтації в технічно складних позиціях, точного розрахунку форсованих варіантів, зокрема в цейтнотних і наближених до них обставинах, здатності інтуїтивно знаходити оптимальні рішення. Однак тривалість активної уваги, зосередженість і розумова роботоздатність є невеликою і знаходиться у межах до 15 хв., тому фізичне навантаження планується у невеликому обсязі й помірній інтенсивності.

Для вирішення поставлених завдань система підготовки в інтелектуальних видах передбачає планування групових спеціально-організованих теоретичних та практичних навчально-тренувальних занять, а також організацію та проведення поза тренувальних заходів з фізкультурно-оздоровчої та виховної роботи, які повинні бути емоційними та багатоплановими (суспільні роботи, туристичні прогулянки, відвідування музеїв, виставок та спортивних свят тощо).

Змагання на початковому етапі підготовки організуються на двох рівнях: внутрішньо групових і міжгрупових, з метою формування знань з організації та проведення змагань, основ правил змагань і культури поведінки на змаганнях.

Етап поглибленої підготовки охоплює 4 роки навчання дітей віком 8-11 років з тренувальним навантаженням 12-20 год. на тиждень, спрямованим на досягнення основного рівня підготовки, та передбачає вирішення фундаментальних завдань з підготовки спортсменів-інтелектуалів:

- розширення знань з історії розвитку інтелектуальних видів спорту;

- зміцнення здоров'я та підвищення рівня рухової активності;

- закріплення навиків систематичного вдосконалення загальної фізичної підготовленості та дотримання правил спортивного режиму;

- формування стійкого інтере-

су до занять інтелектуальними видами спорту;

- формування елементарних знань з основ усіх розділів теорії гри та суддівства;

- оволодіння первинними навиками оцінки позицій, розрахунків варіантів та аналізу як власних дій, так і дій суперника;

- оволодіння основними закономірностями у техніці і тактиці гри;

- розвиток тактичного зору;

- започаткування підготовки індивідуального «дебютного репертуару»;

- засвоєння методів самостійної роботи над вдосконаленням практичної майстерності;

- засвоєння початкових знань та умінь з психологічно-вольової підготовки;

- формування та накопичення змагального досвіду на рівні старших розрядів;

- підвищення рівня загальної та спеціальної витривалості.

Вирішення вищезазначених завдань потребує від тренувального процесу поглибленої спортивної спеціалізації і неухильного підвищення обсягу та інтенсивності тренувальних навантажень. На цьому етапі зменшується доля загальної фізичної підготовленості та збільшується спеціальна підготовка. Тому фізичне навантаження планується індивідуально з обов'язковим повноцінним відпочинком та використанням різноманітних засобів відновлення. Це пов'язано з тим, що у дітей 8-11 років інтенсивно розвиваються інтелектуальні здібності, значного розвитку досягає кора головного мозку, друга сигнальна система набуває дедалі більшого значення. Діти цього віку спроможні витримувати підвищенні загальні навантаження, порівняно легко засвоювати складний теоретичний матеріал. Однак у поведінці відзначається зростання переваги збудження над гальмуванням, реакція за силою і характером частіше стає неадекватною

щодо чинників, які їх спричинили [1, 4, 9].

На даному етапі діти спроможні до різкого підвищення власних спортивних результатів, а в окремих випадках здатні досягти рівня кандидата в майстри спорту.

Етап спортивного вдосконалення охоплює 3 роки навчання підлітків віком 12-14 років з тренувальним навантаженням 24-28 год. на тиждень, протягом якого здійснюється подальше вдосконалення основного рівня підготовки та передбачається вирішення специфічних завдань, пов'язаних з поглибленою підготовкою спортсменів-інтелектуалів:

- вдосконалення фундаментальних теоретичних знань з техніки та тактики гри, правил змагань, суддівства, основ запису змісту змагальної боротьби;

- подальше удосконалення спеціальної підготовленості та спеціальної витривалості;

- формування навиків з прийняття рішень в різних ігрових ситуаціях;

- досягнення високого рівня психологічно-вольової підготовки (психологічної стійкості) та фізичної підготовленості;

- вдосконалення змагального досвіду за рахунок активної участі у змаганнях старших розрядів;

- досягнення позитивної динаміки спортивних результатів;

- розвиток вольових якостей, таких як цілеспрямованість, наполегливість у подоланні труднощів (недоліків) і працьовитість;

- формування навиків з виконання аналітичної роботи;

- активна участь у суддівстві змагань і тренерській діяльності;

- формування навиків щодо суддівства змагань та основ ведення протоколів.

На цьому етапі помітно зростають спортивні результати, а в окремих випадках навіть досягають рівня світової першості. Це пояснюється тим, що для юнацького віку характерним є високий рівень функціональної доскона-



лості, готовності до значних навантажень. Водночас, враховуючи психологічно-емоційний стан підлітків, деякі спортсмени відчувши швидкий прогрес своїх результатів, починають втрачати інтерес до занять інтелектуальними видами спорту. Тому необхідно здійснювати суто індивідуальний підхід до цих спортсменів щодо формування терпіння й наполегливості у заняттях, щоб зміцнити передумови для результативного «стрибку» у новій якості гри і перемог над визнаними спортсменами.

Цей етап пов'язаний з плануванням значних обсягів та інтенсивності тренувальних навантажень з переробки необхідної інформації – аналізу зіграних в змаганнях власних партій і партій суперників, аналіз і підготовка дебютних варіантів перед змаганнями. З метою вдосконалення спортивної майстерності здійснюється пошук правильних і водночас глибоких, оригінальних і зовні «красивих» ігрових рішень і розв'язання комбінаційних завдань і застосування їх у практичній грі. Вагомий обсяг тренувальних навантажень пов'язаний з роботою на персональних комп'ютерах, що дозволяє спортсмену-інтелектуалу більш ефективно та за короткий час вирішувати поставлені комбінаційні завдання тренера, використовуючи різноманітні варіанти гри. Достатньо вагоме місце в системі підготовки займає участь спортсменів у змаганнях, тому тренувальний процес набуває суто індивідуального характеру, його основу визначає календар змагань на найближчі роки.

Загально фізична підготовка розглядається тільки як відновлювальний засіб та активний відпочинок.

Етап підвищення спортивної майстерності передбачає дві сходи підготовки. Спортсмени віком 15-17 років, які здійснюють підготовку у стінах ДЮСШ

різної категорії, проходять першу сходинку, яка спрямована на досягнення найвищої спортивної майстерності, участі у змаганнях континентального і світового рівня, входження до міжнародного рейтингу. Друга сходинка починається після 12-го року підготовки на рівні ШВСМ, на яку сходять спортсмен віком 18 років і старші, а тривалість її не має вікових обмежень. Завдання підготовки на цьому етапі мають більш специфічний характер і пов'язані із ствердження перспектив:

- зміцнення фізичного здоров'я та підвищення рівня рухової активності;

- вдосконалення професійних навиків самостійної роботи з отримання знань, виконання аналізу та синтезу розіграних партій, складання та вирішення комбінаційних та позиційних завдань, розробки індивідуальних техніко-тактичних систем гри;

- підтримка високого рівня психологічно-вольової та фізичної підготовленості;

- вдосконалення спортивної майстерності та збереження її на достатньо високому рівні протягом усієї спортивної кар'єри;

- активна участь у змаганнях Всеукраїнського та Міжнародного рівня з метою досягнення максимального спортивного результату та отримання рівня гресмейстера, входження до міжнародного рейтингу;

- вдосконалення навиків до інтелектуального самовдосконалення;

- профілактика захворювань професійного характеру з боку запобігання розумовим, психічним та фізичним розладам.

Заняття на цьому етапі здійснюються за індивідуальними планами спеціальної підготовки з урахуванням рівня підготовленості, якої досягли спортсмени-інтелектуали на попередніх етапах підготовки. Достатньо вагоме місце займає робота зі спеціальною літературою, комп'ютерними

програмами та перегляд і аналіз матчів в онлайн та на Інтернет-сайтах.

Продовження спортивної кар'єри в інтелектуальних видах спорту практично не має вікових меж, а досягнення спортсменів не можна порівнювати з досягненнями у динамічних видах спорту, адже досягнення на світовому рівні продовжуються протягом 20 і навіть 50 років, а загальний спортивний стаж може складати до 55 років. Наприклад, у шахах серед чоловічої статі – А. Карпов (Росія) у світовому рейтингу знаходився 34 роки, загальний спортивний стаж складав 41 рік; В. Іванчук (Україна) у світовому рейтингу – 28 років, загальний спортивний стаж – 37 років; серед жіночої статі – П. Крамлінг (Швейцарія) у світовому рейтингу – 31 рік, загальний спортивний стаж – 43 роки; З. Лельчук (Німеччина) у світовому рейтингу – 36 років, загальний спортивний стаж – 45 років [11, 13, 15].

У шашках серед чоловічої статі – Т. Сейбрандс (Нідерланди) у світовому рейтингу – 51 рік, загальний спортивний стаж – 55 років; О. Чежов (Росія) у світовому рейтингу – 30 років, загальний спортивний стаж – 40 років; серед жіночої статі – К. Ван Літ (Нідерланди) у світовому рейтингу – 33 роки, загальний спортивний стаж – 41 рік; О. Альтшуль (Німеччина) у світовому рейтингу – 36 років, загальний спортивний стаж – 45 років [12, 14].

Необхідно констатувати, що Т. Сейбрандс (1949 р.н.), О. Чежов (1964 р.н.) та К. Ван Літ (1966 р.н.) на сьогодні входять у першу десятку сильніших гресмейстерів, П. Крамлінг (1963 р.н.) та О. Альтшуль (1964 р.н.) – в другу десятку, В. Іванчук (1969 р.н.) – в третю десятку, З. Лельчук (1961 р.н.) в сотню світового рейтингу.

Варто відзначити спортсменів-інтелектуалів зі гри Го Д. Гібсона з Ірландії, який на сьогодні, у свої 67 років входить до еліти спорту-



менів та С. Кадзуко з Японії, яка у віці 88 років закінчила спортивну кар'єру, а у 1981 році вперше увійшла до світового рейтингу [10].

Таким чином, етап підвищення спортивної майстерності в інтелектуальних видах спорту має свої специфічні особливості, які пов'язані насамперед з його тривалістю та утриманням динаміки спортивних результатів.

Висновки. Багаторічна підготовка в інтелектуальних видах спорту від новачка до рівня гротмейстера розглядається як єдиний процес, що підкоряється певним закономірностям з урахуванням вікових можливостей особи, і який здійснюється на основі наступних методичних положень:

- сувора підтримка вікових меж щодо занять інтелектуальними видами спорту та формуванні груп;

- навчально-тренувальний процес в перші роки занять не зорієнтований на досягнення високого спортивного результату;

- вирішення завдань підготовки здійснюється у відповідності з етапом та віковими особливостями;

- на кожному етапі підготовки потрібно здійснювати розвиток розумових якостей (пам'яті, вільної уваги, творчої уяви) та інтелектуальних здібностей (логічного мислення, здатності аналізувати та робити висновки, приймати рішення та передбачати результати прийнятих рішень), які складають надійну основу успіху юних спортсменів-інтелектуалів у відповідності до сенситивних вікових періодів;

- здійснювати безперервне вдосконалення техніки гри та її варіантів, з використанням специфічних засобів спортивного тренування, таких як: спеціальна література, комп'ютерні програми, перегляд матчів онлайн та на Інтернет-сайтах;

- неухильне використання принципу поступовості навчання та використання тренувальних та змагальних навантажень у процесі багаторічної підготовки;

- обов'язкова підтримка раціонального режиму тренувань і навчання в загальноосвітніх установах;

- здійснення медико-педагогічного контролю за станом здоров'я, фізичної та інтелектуальної підготовленості спортсменів-інтелектуалів.

Перспективами подальших досліджень є визначення основних компетентностей, загальних та специфічних принципів спортивної підготовки спортсменів-інтелектуалів. Здійснення наукового пошуку щодо їх реалізації через сувору послідовність у вирішенні завдань та використанні специфічних засобів і методів спортивного тренування у відповідності з віковими та статевими особливостями, видами та етапами підготовки.

Література

1. Березін В.Г. Шахи. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності / В.Г. Березін, Л.В. Тимошенко, І.Р. Захарчук. – К. : Республіканський науково-методичний кабінет Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту, 2008. – 44 с.
2. Набатникова М.Я. Построение процесса спортивной подготовки / М.Я. Набатникова, В.П. Филин // Современная система спортивной подготовки. – М. : СААМ, 1995. – С. 351-389.
3. Каленов А.В. Образовательная программа дополнительного образования детей «Шахматы» / А.В. Коленов. – Центр детского творчества «На Вадковского». – 38 с.
4. Обелець І.С. Навчальна програма з позашкільної освіти науково-технічного напрямку «ШАШКИ» 4 роки навчання / І.С. Обелець. – Путивль, 2014. – 12 с.
5. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В.Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2014. – С. 218-229.
6. Платонов В.Н. Периодизация спортивной подготовки. Общая теория и ее практические приложения / В.Н. Платонов. – К. : Олимпийская литература, 2004. – С. 441- 446.
7. Про організацію навчально-тренувальної роботи дитячо-юнацьких спортивних шкіл / Наказ Міністерства молоді та спорту України від 17.01.2015 № 67. – 24 с.
8. Учебная программа дополнительного образования детей «Шахматы» (для ДЮСШ и СДЮШОР) / А.П. Никитин, А.А. Родин, Т.А. Янковская, Г.Г. Царук. – Краснодар, 2011. – 24 с.
9. Шахи. Навчальна програма для закладів позашкільної освіти, загальноосвітніх навчальних закладів і палаців культури та творчості / В.О. Вінниченко, О.М. Коваль та ін. - К. : Спортивний комітет України, 2010. – 84 с.
10. Go Ratings [electronic resource]. Regime on access : <http://www.goratings.org/>
11. Fédération Internationale des Échecs [electronic resource]. Regime on access : <http://www.fide.com/>
12. Fédération Mondiale du Jeu de Dames [electronic resource]. Regime on access : <https://www.fmjd.org/>
13. FIDE Chess Profile [electronic resource]. Regime on access : <http://ratings.fide.com/>
14. Rating list FMJD(100) Standing April, 2016 [electronic resource]. Regime on access : <https://www.fmjd.org/rat.html>
15. World Top Chess players [electronic resource]. Regime on access : <https://ratings.fide.com/toplist.phtml>

