

## Висновки

1. Основними шляхами попередження агресивної поведінки є відреагування та катарсис, що пов'язується з розрядкою агресивності на об'єктах, у ролі яких виступають: лялька; відреагування можливе в процесі перегляду теле- чи відеофільму агресивного змісту, комп'ютерні ігри, спортивні змагання з боротьби.

2. Дієвим способом зниження агресивної поведінки в дітей є активний метод, що базується на руховій активності, адже адреналін, який завжди супроводжує напруження, гнів, "згоряє" під час фізичних робіт.

3. Під час використання психопрофілактичної програми з метою зниження агресивної поведінки дошкільників спостерігається позитивна динаміка стосовно зниження фізичної, вербальної, непрямой агресії та незначні зміни відбуваються стосовно показника коефіцієнта соціальної адаптації, що свідчить про вікову динаміку моральних уявлень та соціальних навичок.

1. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия и контроль / Л. Берковиц. – С. Пб. : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2001. – 512 с.
2. Дозорець Л. Корекція агресивності у дошкільників / Л. Дозорець // Психолог-вкладка. – 2006. – № 9.
3. Назаретян А. П. Интеллект во Вселенной : истоки, становление, перспективы : очерки междисциплинарной теории прогресса / А. П. Назаретян ; Российский открытый университет. – М. : Недра, 1991. – 222 с.
4. Лоренц К. Агрессия / К. Лоренц. – М. : Прогресс, 1994. – 342 с.
5. Лэндрет Г. Л. Игровая терапия: искусство отношений / Г. Лэндрет. – М. : Международная педагогическая академия, 1994. – 368 с.
6. Лящук Л. Програма курсу корекційних занять зі зниження агресії у дітей / Л. Лящук // Психолог. – 2008. – № 30–32.
7. Паренс Г. Агрессия наших детей / Г. Паренс. – М. : Форум, 1998. – 152 с.
8. Фрейд З. Введение в психоанализ : лекции / З. Фрейд. – М. : Наука, 1989. – 456 с.
9. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности / Э. Фромм. – М. : ВЛАДОС, 1994. – 354 с.
10. Шейнов В. П. Психологическое влияние / В. П. Шейнов. – Минск : Харвест, 2007. – 640 с.
11. Baron R. Human aggression / R. Baron. – N. Y., 1977. – 173 p.
12. Buss A. H. The psychology of aggression / A. H. Buss. – N. Y., 1961. – 192 p.
13. Menninger W. Recreation and mental health / W. Menninger // Psychological Review. – 1948. – V. 42. – P. 340–346.
14. Wann D. Person perception when aggressive or nonaggressive sports are primed / D. Wann, N. Brancombe // Aggressive Behavior. – 1990. – № 1. – P. 27–32.

*Рецензент:* канд. психол. наук, доц. Фотуйма О.Я.

УДК 378.016:796.8

ББК 75.0

*Сергій Потапчук*

## ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ КРИТЕРІЇ ВІДБОРУ ДЛЯ ЗАНЯТЬ ЄДИНОБОРСТВАМИ

*У статті проаналізовано й узагальнено дані науково-методичної літератури та досліджень щодо аспектів відбору для занять єдиноборствами.*

**Ключові слова:** психолого-педагогічні критерії, координаційні здібності, тактико-технічні дії, спортивний відбір.

*В статье проанализированы и обобщены данные научно-методической литературы и исследований относительно аспектов отбора для занятий единоборствами.*

**Ключевые слова:** психолого-педагогические критерии, координационные способности, тактико-технические действия, спортивный отбор.

*The article presents analysed and summarized information of scientific and methodical literature and researches dealing with the aspects of selection for martial arts classes.*

**Key words:** *psychological pedagogical criteria, coordinating capabilities, tactical technical actions, sporting selection.*

**Постановка пролеми та аналіз результатів останніх досліджень.** Характерна особливість сучасного періоду розвитку спорту – науково обґрунтований пошук талановитої молоді, якій під силу великі спортивні навантаження й високі темпи спортивного вдосконалення. Водночас практика спорту багата прикладами передчасного відходу з великого спорту багатьох юних обдарувань. Одні з них так і не змогли досягти вершин майстерності, інші прожили в спорті недовге життя. Це певною мірою є наслідком прорахунку тренерів, які недостатньо знають вікові особливості юних спортсменів, індивідуальні відмінності, закони спортивного вдосконалення. [1] Дуже важко в юному спортсмені-початківцю розпізнати майбутнього чемпіона. Тому важливо своєчасно розкрити спортивні здібності в школярів для виявлення дійсно талановитих у руховому відношенні дітей.

У цих умовах зростає роль тренера, який формує спортивні здібності, перетворюючи їх на талант. Відповідно до сучасних вимог відбір дітей і підлітків у спортивні школи є найважливішою частиною педагогічного процесу, його первинним етапом, що багато в чому зумовлює весь подальший шлях спортивного вдосконалення. Проблема підготовки повноцінних спортивних резервів стосується широкого кола питань організаційного, методичного, наукового характеру.

**Мета роботи** – систематизація наукових даних щодо критеріїв відбору для занять єдиноборствами.

**Методи дослідження.** Для вирішення поставлених завдань використовувалися такі методи: вивчення та аналіз науково-методичної літератури; вивчення передового досвіду роботи тренерів і підготовки спортсменів; опитування провідних тренерів і спортсменів; педагогічні спостереження за тренувальною та змагальною діяльністю спортсменів; методи оцінки морфофункціонального стану спортсменів [6].

Починається цей процес зі спортивного відбору. У системі спортивного відбору виділяють декілька його різновидів: базовий спортивний відбір, спортивна орієнтація, укомплектування команд, спортивна селекція [6].

Спортивний відбір – це процес пошуку найбільш обдарованих людей, здатних досягти високих результатів у конкретному виді спорту.

Базовий спортивний відбір – це процес пошуку дітей, що мають здібності до спортивної діяльності.

Спортивна орієнтація спрямована на виявлення вузької спортивної спеціалізації в певному виді спорту.

Комплектування команд – це процес формування спортивного колективу, що виступає на змаганнях як єдине ціле.

Спортивна селекція – це відбір спортивної еліти, таланту в спорті.

Педагогічні, психологічні, соціологічні та медико-біологічні дослідження є основою спортивного відбору.

*Педагогічні критерії відбору:*

1. Рівні розвитку фізичних якостей.
2. Техніко-тактична підготовка.
3. Спортивно-технічна майстерність.
4. Темпи зростання спортивних досягнень.
5. Оволодіння новими рухами.
6. Координаційні можливості.

7. Здатність юних спортсменів до ефективного вирішення рухових завдань в умовах напруженої боротьби.

Для тестування швидкісних здібностей з успіхом застосовується біг на 30 і 60 м. Рівень розвитку швидкісно-силових якостей визначається за допомогою стрибків у довжину з місця і з розгону, метання тенісного та набивного м'ячів. Техніко-тактична підготовленість і спортивно-технічна майстерність як критерії відбору використовуються на пізніших етапах відбору (відбір у збірні команди, для участі в змаганнях). При цьому використовують спеціальні тести для оцінки якості й ефективності техніки і тактики в різних видах спорту, а також сам спортивний результат і його стабільність [15].

Одним із надійних критеріїв відбору може служити приріст результатів за перші півтора року занять вибраним видом спорту. Після завершення цього періоду зменшується небезпека відсіву перспективних спортсменів.

Про швидкість оволодіння новими рухами можна судити за часом, який був необхідний для опанування тією чи іншою технікою.

*Психологічні критерії:*

1. Особливості темпераменту.
2. Особливості характеру.
3. Міра розвитку вольових якостей.

Властивості темпераменту належать до психічних властивостей, якими одна людина у своїй поведінці відрізняється від іншої. До них відносять: тривожність, емоційну збудливість, імпульсивність, лабільність і ригідність.

*Тривожність* – це властивість, що визначається мірою занепокоєння, заклопотаності, емоційною напруженістю людини у відповідальній й особливо загрозливій ситуації.

*Емоційна збудливість* – це легкість виникнення емоційних реакцій на зовнішні та внутрішні дії.

*Імпульсивність* характеризує швидкість реагування, необхідну для прийняття й виконання рішення.

*Ригідність і лабільність* зумовлюють легкість і гнучкість пристосування людини до зовнішніх дій, що змінюються: ригідний той, хто важко пристосовується до ситуації, що змінилася; хто інертний у поведінці, відсталий у звичках, способі думок; лабільний той, хто швидко пристосовується до нової ситуації [6].

Для виявлення вольових якостей дітям доцільно давати контрольні завдання (бажано у формі змагання). Показником інтенсивності прояву вольових зусиль особи, що займається є успішне виконання вправ з короткочасною напругою; спортивної працьовитості – виконання відносно складних у координаційному відношенні вправ, для засвоєння яких потрібний тривалий час. Рішучість і сміливість визначається за допомогою виконання різних вправ в ускладнених умовах. Цілеспрямованість оцінюється на підставі відношення випробовуваних до занять, освоєння ними спеціальних вправ і так далі.

Зауважимо на необхідності вивчення особи спортсмена в цілому, а не окремих його здібностей.

Соціологічні критерії відбору передбачають характеристику мотивів, інтересів і запитів учнів – показники, що характеризують формуючий вплив спорту, сім'ї, колективу. Ефективність відбору багато в чому залежить від своєчасного й об'єктивного виявлення інтересу дітей і підлітків до занять тим або іншим видом спорту. Важливе значення має повний аналіз причин відсіву юних спортсменів, що виявили нахил до успішного спортивного вдосконалення на перших етапах багатолітнього тренування.

До медико-біологічних критеріїв відносять:

1. Стан здоров'я.
2. Біологічний вік.
3. Морфофункціональні ознаки.
4. Стан функціональних і сенсорних систем організму.
5. Індивідуальні особливості вищої нервової діяльності.

Облік даних про стан здоров'я і функціональний стан різних органів і систем організму дозволяє своєчасно виявити ті відхилення, які (без лікарського втручання) можуть посилитися при великих фізичних навантаженнях під час тренування.

Спортивні єдиноборства (боротьба, бокс, тхеквондо, фехтування й інші види спорту) висувають до спортсменів комплекс специфічних вимог, які необхідно враховувати під час відбору. Для цієї групи видів спорту характерними є такі вимоги: рухи, які виконує спортсмен, мають в основному швидко-силовий характер; виконання більшості техніко-тактичних дій ускладнене активним опором суперника; під час спортивного поєдинку спортсмен виконує складний комплекс переміщень для нападу та захисту в чітко обмежений час; успіх поєдинку багато в чому залежить від умінь спортсмена правильно і вчасно оцінити поведінку противника. Рання діагностика таких якостей, як сміливість, рішучість, наполегливість, а також умінь орієнтуватись у складній обстановці й швидко вирішувати різні тактичні завдання – основа спортивного вдосконалення. Важливо визначити здатність спортсменів управляти часовими, просторовими й силовими параметрами рухів, характерними для окремих видів спортивних єдиноборств.

Для успішних виступів у такому виді спорту, як тхеквондо, спортсмен повинен мати високий рівень силової підготовки, координаційних здібностей щодо виконання швидких атакуючих і контратакуючих дій, володіти високою мірою рухливості хребта й суглобів; бути витривалим під час бою і впродовж усього турніру [7].

### **Висновки**

1. Система відбору, яку використовують тренери, не завжди відповідає тим критеріям, які повинні враховуватись для занять єдиноборствами.

2. Систематичні тренування слід починати в оптимальному для кожного виду спорту віці. Тенденція до постійного зниження віку початку систематичних тренувань спостерігається в практиці багатьох видів єдиноборств, при цьому варто враховувати стан функціональних і сенсорних систем організму.

3. При ранній спеціалізації слід акцентувати увагу на процесі загальної рухової підготовки, на розвитку основних координаційних здібностей і застосовувати відповідні об'єкти загальнорозвиваючих і спеціальних вправ, відповідно до етапу та рівня підготовки спортсмена.

1. Булгакова Н. Ж. Отбор и подготовка спортивного резерва – важная задача ДЮСШ / Н. Ж. Булгакова // Плавание : Ежегодник. – М. : Физкультура и спорт, 1982. – С. 39–41.
2. Бальсевич В. К. Методологические принципы исследований по проблеме отбора и спортивной ориентации / В. К. Бальсевич // Теория и практика физической культуры. – 1980. – № 1. – С. 31–32.
3. Губа В. П. Основы распознавания раннего спортивного таланта / В. П. Губа. – М. : Терра-спорт, 2003. – 208 с.
4. Травин Ю. Г. Отбор в беге на средние и длинные дистанции / Ю. Г. Травин, В. Д. Сячин, Н. Г. Упир // Легка атлетика. – 1980. – № 5. – С. 8–10.
5. Семенов Л. А. Определение спортивной пригодности детей и подростков / Л. А. Семенов. – М. : Физкультура и спорт, 2005. – 142 с.
6. Сергієнко Л. П. Спортивний відбір : теорія та практика : у 2 кн. Кн. 1 : Теоретичні основи спортивного відбору / Л. П. Сергієнко. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2009.

7. Басик Т. В. Способ оценки специальной выносливости таэквондистов / Т. В. Басик, Ю. Б. Калашников, В. В. Шиян // Теория и практика физической культуры, 2000. – №1.
8. Губа В. П. Індивідуальні особливості юних спортсменів / В. П. Губа, В. Г. Никітушкин, П. В. Квашук. – Смоленськ, 1997. – 220 с.
9. Губа В. П. Вікові основи формування спортивних умінь у дітей у зв'язку з початковою орієнтацією в різні види спорту : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня докт. пед. наук / В. П. Губа. – М., 1997. – 50 с.
10. Гужаловський А. А. Проблеми теорії спортивного відбору / А. А. Гужаловський // Теорія і практика фізичної культури. – 1986. – № 8. – С. 24–25.
11. Дорохов Р. Н. Методика раннього відбору і орієнтації в спорті : навч. посібник / Р. Н. Дорохов, В. П. Губа, В. Г. Петрухин. – Смоленськ, 1994. – 86 с.
12. Методичні рекомендації по відбору перспективних спортсменів в циклічних видах спорту / В. А. Запорожанов, В. С. Міщенко, Ю. І. Евтушок [та ін.]. – К., 1988. – 52 с.
13. Кузнецов В. В. Про проблему відбору / В. В. Кузнецов // Проблеми відбору юних спортсменів. – М., 1976. – С. 4–10.
14. Платонов В. Н. Теоретичні аспекти відбору в сучасному спорті / В. Н. Платонов, В. А. Запорожанов // Відбір, контроль і прогнозування в спортивному тренуванні. – К., 1990. – С. 5–16.
15. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В. Н. Платонов. – К. : Олимп. л-ра, 2001. – 320 с.

*Рецензент:* канд. наук з фіз. вих. і спорту, доц. Файчак Р.І.