

## ВІДБІР ТА ЙОГО ВПЛИВ НА СПОРТИВНУ ДІЯЛЬНІСТЬ СТРИБУНІВ У ВОДУ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ

Андрій АРАБСЬКИЙ, Сергій РОМАНЧУК, Орест ЛЕСЬКО

Національна академія сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного,  
Львів, Україна, e-mail: asv-fpis@ukr.net

**Вступ.** Відбір перспективних спортсменів – складний багатокомпонентний процес, який містить педагогічні, біологічні, медичні, соціальні, психологічні, морально-етичні аспекти. Значення цих аспектів змінюється у процесі багаторічної підготовки.

**Мета дослідження** – обґрунтувати критерії відбору стрибунів у воду на етапі початкової підготовки та перевірити їхню ефективність.

Для досягнення поставленої мети було використано такі **методи дослідження**: аналіз та узагальнення літературних джерел, педагогічний експеримент (для перевірки ефективності авторських критеріїв відбору), педагогічне спостереження (тестування спортивної підготовленості спортсменів), методи математичної статистики.

**Результати дослідження.** За результатами відбору, що відбувся під час експерименту, відібрано 25 спортсменів, яких розподілено за методом випадкової вибірки на контрольну та експериментальну групи. Таким чином, за чинною системою відбору, яка враховує суб'єктивний фактор особистості тренера, було не враховано показники 4 хлопців. За авторськими критеріями відбору, які зважають лише на рівень фізичної підготовленості та показники фізичного розвитку – 7 хлопців (41,1%) від вихідної кількості групи (табл. 1).

Таблиця 1

**Динаміка неврахування показників юних стрибунів  
у воду під час педагогічного експерименту**

Роки	ЕГ <sub>хл</sub>		КГ <sub>хл</sub>	
	n	% неврахованих	n	% неврахованих
9	19	–	17	–
10	18	5,3	16	5,9
11	16	15,7	14	17,6
12	15	21,0	13	23,2
13	15	21,0	10	41,2

Отже, проведені дослідження з юними спортсменами (хлопцями) – стрибунами у воду – доводять ефективність авторських критеріїв відбору на результативність відібраних спортсменів у їхніх показниках спортивної підготовленості та ефективності тренувань.

**Обговорення.** Підтверджено дослідження В. Платонова [4], що тривалість етапу початкової підготовки становить у середньому 1,5 року. У 9–10 років необхідно визначити, наскільки юний спортсмен придатний для занять стрибками у воду, яка вірогідність досягнення ним високих спортивних результатів. Наші дослідження суперечать твердженню деяких науковців [5], що відбір у види спорту зі складною координацією рухів, зокрема стрибків у воду, відбувається у ранньому віці від 4 до 7 років. Ми погоджуємося з результатами дослідження набирати в групи початкової підготовки з 4-х років. При ранньому початку занять необхідні спеціальні програми, засновані на ігровому методі. Необхідно пам'ятати, що діти цього віку, зазвичай, ще не можуть навчатися рухів. Отож заняття, що проводяться з дітьми 4–6 років, повинні бути спрямовані на поліпшення здоров'я, всебічний фізичний розвиток і розвиток усіх рухових якостей, особливо координаційних здібностей. Як свідчать багаторічні спостережен-

ня за діяльністю спортивних шкіл зі стрибків у воду, спрямоване навчання можна проводити з шести-, семирічного віку. Аналіз діяльності СДЮШОР показує, що з основної кількості дітей, набраних у п'ятирічному віці, у цьому виді спорту залишається менше ніж 1%. Оцінювання продуктивності роботи дитячих і юнацьких спортивних шкіл для збірних команд свідчить, що якщо школа дає 1–2 спортсменів у збірні команди країни, то її роботу оцінюють позитивно. Отже, основну роботу СДЮШОР спрямовано на масовий спорт.

Ми практично довели, що для підвищення ефективності роботи СДЮШОР зі стрибків у воду необхідно більш ретельно проводити початковий відбір [1]. При відборі дітей у спеціалізовані дитячо-юнацькі спортивні школи потрібно керуватися показниками, які генетично зумовлені і не можуть змінюватися під впливом тренувань. Зокрема, це такі морфофункціональні показники й особливості будови тіла: тіло має бути пропорційним, обтічним, із хорошою рухливістю плечових, кульшових, колінних та гомілковостопних суглобів; зріст дітей повинен відповідати середнім (або нижчим за середні) величинам для дітей цього віку. Серед показників фізичної підготовленості перевагу рекомендують віддавати дітям із високими показниками сили та швидкості.

Вивчення стану проблеми відбору у стрибках у воду підтвердило, що робіт, спрямованих на виявлення критеріїв початкового відбору, дуже небагато, а критеріїв перспективності на етапі поглибленої спеціалізованої підготовки не розроблено взагалі.

#### **Висновки:**

1. Застосування авторських критеріїв відбору юних спортсменів у стрибках у воду дало змогу більш ефективно екстраполювати результати спортивної підготовленості хлопців.

2. Результати виконання спортсменами (хлопцями)  $EG_{\text{хл}}$  норм спортивних розрядів та знань на 26,7% перевищують показники спортсменів  $KG_{\text{хл}}$ . Зокрема, жоден хлопець  $KG_{\text{хл}}$  не виконав норматив кандидата та майстра спорту України, водночас у  $EG_{\text{хл}}$  один (10%) хлопець виконав норматив майстра спорту України та три (30%) – кандидата у майстри спорту України.

3. Наприкінці експерименту різниця в показниках середнього значення коефіцієнта складності довільних стрибків хлопців  $EG_{\text{хл}}$  та  $KG_{\text{хл}}$  становила 0,55 бала ( $t=3,310$ ;  $p<0,01$ ). Відповідно середнє значення коефіцієнта складності довільних стрибків спортсменів  $EG_{\text{хл}}$  розходяться в діапазоні результатів на рівні відмінних показників, а в спортсменів  $KG_{\text{хл}}$  цей показник спортивної підготовленості не перевищує показників на рівні задовільної підготовленості.

**Ключові слова:** стрибки у воду, відбір, ефективність, спортсмени.

#### **Список використаних джерел**

1. Арабський А.П. До питання спортивного відбору у стрибках у воду / Арабський А.П., Афонін В.М. // Сучасні проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини : матеріали II інтернет-конф. – Одеса, 2018. – С. 131–136.
2. Наявко І.І. Критерії визначення спортивно-технічної підготовленості юних стрибунів у воду / Наявко І.І. // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2014. – № 2. – С. 99–103.
3. Наявко І. Факторний аналіз рухової діяльності юних стрибунів у воду 9–11 років / Ігор Наявко // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини / за заг. ред. Є. Приступи. – Львів, 2014. – Вип. 18, т. 1. – С. 163–169.
4. Платонов В. Форсирование многолетней подготовки спортсменов и Юношеские Олимпийские игры / Владимир Платонов, Ирина Большакова // Наука в олимпийском спорте. – 2013. – № 2. – С. 37–42.
5. Шинкарук О. Обґрунтування комплексного підходу до розробки програми відбору в циклічних видах спорту / Оксана Шинкарук // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2013. – № 1. – С. 25–30.