

«Інноваційні підходи до процесу спортивного тренування»

**науково-практичний семінар з міжнародною
участтю
24 листопада 2023 року**

Тернопіль 2023

ББК 75.1
I -69

Інноваційні підходи до процесу спортивного тренування //
Матеріали регіонального науково-практичного семінару /
За заг.ред. Гуменюка С.В. Ладики П.І., Шандригося В.І.,
Єднака В.Д., Васірука М.С. – Тернопіль: В-во СМТ «ТАЙП»,
2023. – 205с.

Матеріали у збірнику представлені у авторській редакції.
За зміст наукової публікації відповідальність несе автор.

*Рекомендовано до друку вченою радою факультету фізичного
виховання Тернопільського національного педагогічного
університету імені Володимира Гнатюка
протокол № 3 від 30 листопада 2023 р.*

ЗМІСТ

| | |
|--|----|
| Ladyka P Finyuk O.THEORETICAL AND METHODOLOGICAL AXES OF INCREASING THE EFFICIENCY OF THE EDUCATIONAL AND TRAINING PROCESS OF BIATHLONISTS..... | 8 |
| Ladyka P Petrytsa P. Stetsko Y.INFLUENCE OF SKIING ON THE PHYSICAL PERFORMANCE OF YOUNG ATHLETES..... | 14 |
| Yednak V.D. Vasiruk M.S.Yednak D.V. TRAINING MODES AND ENERGY SUPPLY OF MUSCULAR ACTIVITY IN SPRINTING..... | 19 |
| Yednak Valeriy Yednak Dmytro Yednak Galyna PECULIARITIES OF PERSONNEL MANAGEMENT IN THE FIELD OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS..... | 25 |
| Ангелюк І.О. Лаврін Г.З. Хома О.В. ТИМБІЛДИНГ ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ КОЛІКТИВІЗМУ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ В ІГРОВИХ ВИДАХ..... | 29 |
| Бойченко Н.В ЗАСТОСУВАННЯ ВПРАВ З ФІТБОЛАМИ ПРИ ВИВЧЕННІ ОСНОВ ТЕХНІКИ ДЗЮДО | 35 |
| Булич О. О. Наумчук В. І. ОРГАНІЗАЦІЙНО- ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ ТЕХНІКО ТАКТИЧНИХ ДІЙ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ..... | 41 |
| Грабик Н.М Щербанюк В.В. ШЛЯХИ УДОСКОНАЛЕННЯ ПІДГОТОВКИ У СПОРТИВНІЙ АЕРОБІЦІ..... | 47 |
| Грінер В.І Мартин В.Д. _ОСОБЛИВОСТІ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЖІНОК-ВАЖКОАТЛЕТОК У МАКРОЦИКЛІ ТРЕНУВАНЬ..... | 51 |
| Губенок Г. Ю. Романенко В. В. АНАЛІЗ ОСНОВНИХ ПОМИЛОК ТАЕКВОНДИСТІВ-НОВАЧКІВ ВІКОМ 10-12 РОКІВ В ТЕХНІЦІ ВИКОНАННЯ КОМПЛЕКСІВ ФОРМАЛЬНИХ ВПРАВ..... | 57 |

| | |
|---|-----|
| Гуменюк С. В. Атаманчук К. В. ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ФІТНЕС-ТЕХНОЛОГІЙ У ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРІ ТА СПОРТІ..... | 62 |
| Гуменюк С. В. Басараб А. К. ОСОБЛИВОСТІ СПЕЦІАЛЬНИХ ДИТЯЧИХ ЗМАГАНЬ З КІННОГО СПОРТУ В УКРАЇНІ | 67 |
| Гуменюк С. В. Навольський Н. Ю. «INVICTUS GAMES» ЯК СКЛАДОВА РЕАБІЛІТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ..... | 73 |
| Гуртова Т.В. ІННОВАЦІЇ В ІНДУСТРІЇ СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ..... | 79 |
| Дручок В. П. ОСОБЛИВОСТІ ПІДГОТОВКИ СПОРТИВНИХ МЕНЕДЖЕРІВ У КРАЇНАХ ЗАХІДНОЇ ЄВРОПИ..... | 83 |
| Калиніченко О.М. Клеков О.О. АНАЛІЗ МЕТОДИЧНОГО ПРИЙОМУ «ХОЛОСТА СТРІЛЬБА» У ТРЕНУВАННІ СПОРТСМЕНІВ СТЕНДОВОЇ СТРІЛЬБИ.... | 89 |
| Конестяпін В.Г. Ханікянц О.В. Свищ Я.С. Павлось О.О. Бубнов В.О. СВІТОВА СИСТЕМА НАВЧАННЯ ТА СЕРТИФІКАЦІЇ ТРЕНЕРІВ З ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ..... | 96 |
| Кузь Ю.С ОПІР ВОДИ ТА ЙОГО ВПЛИВ НА ШВИДКІСТЬ ПЛАВАННЯ..... | 102 |
| Лапшинський О. А. Наумчук В. І. ² , РОЗВИТОК СПРИТНОСТІ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ У ГРУПАХ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ ДЮСШ..... | 107 |
| Латишев М.В. Полянничко О.М. Єретик А.А. Крижановський А.А. ПОКАЗНИКИ ДОСЯГНЕНЬ ВИСОКОКВАЛІФІКОВАНИХ СПОРТСМЕНІВ..... | 113 |
| Мелехеда Д.В. Тропін Ю.М. ПРОБЛЕМИ АСИМЕТРІЇ В СПОРТІ..... | 116 |
| Наумчук В. І. ОСНОВНІ ПОЛОЖЕННЯ ПІДГОТОВКИ ТРЕНЕРІВ В АСОЦІАЦІЇ ФУТБОЛУ ТЕРНОПІЛЬЩИНИ... | 121 |

7. Соломонко В. В., Лисенчук Г. А., Соломонко О. В. Футбол. К.: Олімпійська література, 1997. 286 с.

8. Столітенко Є. В. Фізичне виховання учнів 1-11 класів у процесі занять футболом. К.: Федерація футболу України. 2011. 300 с.

9. Naumchuk, V. I. Characterization of the Four-Stage Structure of the Process of Learning Motor Actions in Sports Games, *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 2019, 7(4), 81-88. DOI: 10.13189/saj.2019.070403.

Латишев М.В., <https://orcid.org/0000-0001-9345-2759>

Полянничко О.М., <https://orcid.org/0000-0002-4775-6732>

Еретик А.А., <https://orcid.org/0000-0002-6688-3200>

Крижановський А.А., <https://orcid.org/0009-0001-9263-0004>

ПОКАЗНИКИ ДОСЯГНЕНЬ ВИСОКОКВАЛІФІКОВАНИХ СПОРТСМЕНІВ

Київський університет імені Бориса Грінченка

Annotation. *Modern sport is a worldwide phenomenon that unites millions of athletes in the desire to achieve the highest results. Determining indicators of athletes' results allows you to create models that are aimed at predicting their further achievements and identifying key ways to achieve exceptional results in sports.*

Keywords: *indicator, result, athlete, training, analysis*

Вступ. Сучасний спорт представляє собою всевітнє явище, яке об'єднує мільйони спортсменів у бажанні досягти найвищих результатів. Для багатьох з них міжнародна спортивна кар'єра не лише є засобом досягнення особистих вершин, але й важливим шляхом до отримання визнання та впровадження великих змін [2, 7]. На сучасному етапі, для вирішення завдань з підготовки спортсменів стає дуже важливим рівень і глибина аналізу змагальної діяльності [3, 4]. Одним із напрямків аналізу змагальної діяльності спортсменів – є аналіз спортивних результатів та досягнень. Він дозволяє оцінити різноманітні шляхи розвитку спортивної кар'єри, які

прокладають спортсмени [6, 8]. Аналізуючи їхні результати, здобутки та досягнення можна побудувати певні моделі, які відображають шляхи до спортивних вершин міжнародного рівня.

Мета – визначити показники висококваліфікованих спортсменів для моделювання їх спортивної кар'єри.

Результати. На основі аналізу науково-методичної літератури, визначенні показники, які можна отримати у відкритому доступі і на основі їх скласти профіль спортсмена на певному етапі його розвитку. Визначення цих показників дозволяє створити моделі, які направлені передбачити їхні подальші досягнення та визначити ключові шляхи досягнення виняткових результатів у спорті. Шляхом систематичного вивчення різних аспектів спортивної кар'єри (в-першу чергу результати на змаганнях), дослідження прагне розкрити закономірності, які лежать в основі їхнього успіху. Аналіз є ключовим для розуміння та моделювання шляхів досягнення високих спортивних досягнень і може служити основою для подальших наукових досліджень у цій галузі [1, 5, 8].

На основі проведеного аналізу визначили такі показники спортсменів:

- вік на момент участі у змаганнях;
- досягнення (результат, кількість разів приймали участь тощо) на міжнародних змаганнях серед кадетів;
- досягнення (результат, кількість разів приймали участь тощо) на міжнародних змаганнях серед юніорів;
- досягнення (результат, кількість разів приймали участь тощо) на міжнародних змаганнях U23;
- досягнення (результат, кількість разів приймали участь тощо) на чемпіонатах Європи, світу та Олімпійських іграх серед дорослих.

Слід зазначити певні особливості: вікові границі можуть бути іншими в залежності від виду спорту (приведено приклад для спортивної боротьби); найбільш вагомими змаганнями це Олімпійські ігри, чемпіонати світу та чемпіонати континентів (але в залежності від виду спорту

важливість певних змагань може іншою). Результат на змаганнях краще представляти декількома категоріями, наприклад переможці, призери, топ 10 результатів тощо.

В цілому розглянути показники, можна представити як профіль досягнень спортсмена. На основі аналізу та моделювання даних групи спортсменів можна створити моделі шляхів розвитку спортивних кар'єри висококваліфікованих спортсменів, що може служити основою для подальших наукових досліджень.

Список літератури

1. Задорожна О.Р. Тактика участі провідних спортсменок світу у системі змагань з жіночої боротьби упродовж олімпійського циклу 2013-2016 рр. *Єдиноборства*. 2021. № (2), С. 47-61.
2. Коробейніков Г., Воронцов А., Костюченко В., Григоренко О. Аналіз змагальної діяльності збірної команди України з греко-римської боротьби на чемпіонатах Європи 2019–2020 років. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2020. № (4), С. 27-33.
3. Костюкевич В.М. Моделювання у системі підготовки спортсменів високої кваліфікації. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2014. № 18/2, С. 92-102.
4. Латишев М.В., Головач І.І., Полянничко О.М., Єретик А.А., Лахтадир О.В. Важливість досягнень на змаганнях U23 з вільної боротьби. *Єдиноборства*. 2023. № 2(28), С. 79–89, DOI:10.15391/ed.2023-2.07
5. Латишев М.В., Квасниця О.М., Спесивих О.О., Квасниця І.М. Прогнозування: методи, критерії та спортивний результат. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2019. № 1, С. 39–47.
6. Шандригось В.І. (2018). Системно-історичний аналіз досягнень країн-учасниць в змаганнях з вільної боротьби на Олімпійських Іграх (1904-2016 рр.). *Єдиноборства*. 2018. № 1 (7), С. 89-97.
7. Gulbin J., Weissensteiner J., Oldenzel K., Gagné F. Patterns of performance development in elite athletes. *European Journal of Sport Science*. 2013. № 13(6), P. 605-614.

8. Johnston K., Wattie N., Schorer J., Baker J. Talent Identification in Sport: A Systematic Review. *Sports Medicine*. 2018. № 48 (1), P. 97-109. <https://doi.org/10.1007/s40279-017-0803-2>

Мелехеда Д.В., <http://orcid.org/0000-0003-3733-5560>

Тропін Ю.М., <http://orcid.org/0000-0002-6691-2470>

ПРОБЛЕМИ АСИМЕТРІЇ В СПОРТІ

Харківська державна академія фізичної культури

Annotation. *It has been established that in the practice of labor activity, the use of both hands helps to increase labor productivity, economize movements, and reduce fatigue. The feasibility of asymmetric development of the left and right hand is determined by the fact that the development of the non-leading hand leads to the development of the leading hand.*

Keywords: *asymmetry, sports, training activities.*

Проблема симетрії та асиметрії рухових функцій людини давно цікавила вчених. Симетрія та асиметрія - категорії відносні, що вказують на суперечливу природу руху, на єдність стійкості та мінливості.

У літературних джерелах немає єдиної думки щодо доцільності рухової симетрії. Деякі автори вважають, що зміст Всесвіту явно не має симетрії і всі властивості симетрії мають лише приблизний характер [4, 8]. Р.Н. Медников вважає, наприклад, що асиметрія (перевага використання однієї зі сторін або кінцівок у взаємозв'язку з навколишнім середовищем або суперником) – еволюційно-обумовлена передумова формування морфологічних структур та функціональної домінантності однієї зі сторін. Далі автор вказує, що має місце «педагогічний волюнтаризм», що виражається прагненням привнести в структуру технічної майстерності виконавця бажаних нам якостей, замість розвитку наявних у нього і яскраво виступаючих позитивних задатків. І «вже теоретичний вирішення питання про можливість рівнобічності у людини взагалі дає негативну відповідь. Насамперед дуже резонно помітити, що, якщо природа