

ОСОБЛИВОСТІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ ГІМНАСТІВ

Іващенко О.В., Худолій О.М., Протасенко К.Є.

Харківський національний педагогічний
університет імені Г. С. Сковороди

Актуальність. Науковий напрям зв'язаний з вивченням питань теорії і практики спортивного відбору, розробляється з початку 60-х років ХХ ст. В цей період в країні велася велика науково-дослідна і методична робота. Сформульовані вихідні поняття теорії спортивного відбору, оформилися термінологічні уявлення про його різновиди і етапи, розроблені конкретні шляхи методології спортивного відбору в різних видах спорту.

Актуальність питань, що пов'язані з відбором перспективних спортсменів, визначається високим рівнем досягнень на світовій міжнародній арені, а також тією обставиною, що обдаровані талановиті спортсмени зустрічаються вкрай рідко і пошук їх потребує організованого наукового підходу. Проблема відбору перспективних спортсменів активно вирішується в різних країнах як одна з актуальних проблем у сучасних умовах спорту вищих досягнень, що сприяє підвищенню ефективності підготовки спортивного резерву для національних збірних команд.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Робота виконана відповідно до плану науково-дослідної роботи кафедри ТМФВ за темою: «Модельовання процесу підготовки юних спортсменів».

Мета дослідження — визначити інформативні показники процесу підготовки юних гімнастів.

У зв'язку з метою дослідження були поставлені наступні **завдання**:

1. Виявити надійні тести для оцінки рухової підготовленості юних гімнастів 8—9 років;
2. Визначити інформативні показники рухової підготовки юних гімнастів 8—9 років.

Об'єкт дослідження — процес підготовки юних гімнастів.

Предмет дослідження програма відбору юних гімнастів для занять спортивною гімнастикою.

Методи дослідження: аналіз та узагальнення практичного та теоретичного досвіду, аналіз літературних джерел, педагогічне тестування, методи математичної статистики.

Результати дослідження. Результати дослідження наведені в таблицях 1—3. На основі аналізу науково-методичної літератури були підбрані педагогічні тести, які склали програму оцінки рівня підготовленості юних гімнастів (табл. 1). Пропонована програма перевірялась на надійність і інформативність.

Для обробки результатів дослідження використовувалися дисперсійний аналіз при кореляції даних і внутрікласовий коефіцієнт кореляції.

Результати дослідження свідчать, що тести які включені в програму відбору характеризується високою надійністю, коефіцієнт внутрікласової кореляції коливається в межах 0,890—0,980.

За даними факторного аналізу у юних гімнастів 8 років найбільш інформативними є такі тести:

- нахил вперед сидячи ноги нарізно, бали;
- міст із положення лежачи, бали;
- піднімання ніг в висі до торкання за головою, раз;
- виворотність, бали;
- стрибок в довжину з місця, см.

У юних гімнастів 9 років найбільш інформативними є такі тести:

- піднімання ніг у висі до торкання за головою, раз;
- згинання і розгинання рук у висі, раз;
- нахил вперед сидячи ноги нарізно, бали;

Таблиця 1

Надійність тестів для юних гімнасток (внутрікласовий коефіцієнт кореляції)

№ з/п	Назва тесту	Надійність	
		8 років	9 років
1	Біг, 20 м, с	0,922	0,931
2	Стрибок в довжину з місця, см	0,956	0,960
3	Згинання і розгинання рук в висі, раз	0,891	0,921
4	Згинання і розгинання рук в упорі, раз	0,900	0,952
5	Піднімання ніг в висі до торкання за головою, раз	0,951	0,450
6	Кут в упорі, с	0,980	0,920
7	Згинання і розгинання рук в упорі (3 р) на швидкість, с	0,890	0,930
8	Міст із положення лежачи, бали	0,950	0,930
9	Нахил вперед сидячи ноги нарізно, бали	0,921	0,932
10	Піднімання прямої ноги в сторону, вперед, назад, бали	0,945	0,951
11	Виворотність, бали	0,980	0,923

- піднімання прямої ноги в сторону, вперед, назад, бали;
- згинання і розгинання рук в упорі, раз;
- кут в упорі, сек;
- згинання і розгинання рук в упорі (3 р) на швидкість, сек.

Отже, у юних гімнастів з віком змінюються пріоритети в підготовці, якщо у юних гімнастів 8 років на першому місці показники гнучкості, то у юних гімнастів 9 років — показники спеціальної силової підготовки.

Висновки

1. Результати дослідження свідчать, що запропонована програма тестування характеризує рівень рухової підготовленості юних гімнастів 8—9 років. Результати показані в тестах можуть бути використані як орієнтири в оцінці рухової підготовленості дітей.

2. У юних гімнастів з віком змінюються пріоритети в підготовці, якщо у юних гімнастів 8 років на першому місці показники гнучкості, то у юних гімнастів 9 років — показники спеціальної силової підготовки.

Таблиця 2

Інформативні показники рухової підготовленості юних гімнастів 8 років

№ з/п	Назва тесту	Фактори			h ²
		1	2	3	
1	Біг, 20 м, с		0,478	-0,311	0,325
2	Стрибок в довжину з місця, см			-0,786	0,653
3	Згинання і розгинання рук в висі, раз	-0,594			0,435
4	Згинання і розгинання рук в упорі, раз				0,106
5	Піднімання ніг в висі до торкання за головою, раз		0,886		0,813
6	Кут в упорі, сек			0,489	0,247
7	Згинання і розгинання рук в упорі (3 р) на швидкість, сек		0,695		0,502
8	Міст із положення лежачи, бали	-0,740	-0,526		0,844
9	Нахил вперед сидячи ноги нарізно, бали	0,935			0,918
10	Піднімання прямої ноги в сторону, вперед, назад, бали	0,798			0,660
11	Виворотність, бали	0,807			0,729
		3,101	1,949	1,182	6,232
		49,758	31,272	18,969	100,00

3. У юних гімнастів 8 років найбільш інформативними є такі тести:

- нахил вперед сидячи ноги нарізно, бали;
- міст із положення лежачи, бали;
- піднімання ніг в висі до торкання за головою, раз;
- виворотність, бали;
- стрибок в довжину з місця, см.

4. У юних гімнастів 9 років найбільш інформативними є такі тести:

- піднімання ніг у висі до торкання за головою, раз;
- згинання і розгинання рук у висі, раз;

Таблиця 3

**Інформативні показники рухової підготовленості юних
гімнастів 9 років**

№ з/п	Назва тесту	Фактори			h ²
		1	2	3	
1	Біг, 20 м, с	-0,775			0,618
2	Стрибок в довжину з місця, см	0,725		-0,443	0,729
3	Згинання і розгинання рук в висі, раз	0,866		-0,390	0,905
4	Згинання і розгинання рук в упорі, раз	0,841	0,350		0,832
5	Піднімання ніг в висі до торкання за головою, раз	0,831	0,471		0,920
6	Кут в упорі, с	0,882			0,812
7	Згинання і розгинання рук в упорі (3 р) на швидкість, с	-0,852			0,750
8	Міст із положення лежачи, бали		0,761		0,601
9	Нахил вперед сидячи ноги нарізно, бали		0,375	-0,831	0,861
10	Піднімання прямої ноги в сторону, вперед, назад, бали		0,747	-0,494	0,884
11	Виворотність, бали	0,442	0,739		0,758
		5,091	2,201	1,378	8,669
		58,724	25,384	15,892	100,00

- нахил вперед сидячи ноги нарізно, бали;
- піднімання прямої ноги в сторону, вперед, назад, бали;
- згинання і розгинання рук в упорі, раз;
- кут в упорі, с;
- згинання і розгинання рук в упорі (3 р) на швидкість, с.