

**II Міжнародна науково-практична інтернет-конференція
(25-26 квітня 2018 р., м. Бердянськ)**

Львів, 2004. - 22 с.

3. Болдишева О.Г. Ценностные ориентации образования сегодня / О.Г. Болдишева // Известия Таганрогского государственного радиотехнического университета. - 2006. - №1. - С.69-73.

**РОЗВИТОК КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ЮНИХ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ
НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ**

(Маєвський М.І., канд. наук з фіз. вих. і спорту, ст. викладач;
Шевела А. С., магістрант)

Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, Умань, Україна

Волейбол - ациклічна командна гра, де м'язова робота носить швидкісно-силовий, точнісно-координаційний характер. При малих розмірах майданчика і обмеженнях у торканні м'яча, виконання всіх технічних і тактичних елементів гри вимагає точності і цілеспрямованості рухів. Рухові дії волейболістів передбачають миттєві старти і прискорення, стрибки, велику кількість вибухових ударних рухів при тривалому і майже безперервному реагуванні на ситуацію, яка постійно змінюється. Цим визначаються достатньо високі вимоги до фізичної підготовленості волейболістів.

Координаційні здібності (КЗ) серед інших фізичних якостей волейболістів займають особливе місце. По-перше, високий рівень розвитку координаційних здібностей - вирішальна передумова для якісного засвоєння і вдосконалення техніки гри; по-друге, «координований» спортсмен на змаганнях швидко пристосовується до умов, що постійно змінюються, застосовує найбільш ефективні засоби ведення гри [3].

Проблема управління рухами займає значне місце в дослідженнях багатьох вчених. Процеси управління руховими діями здійснюються на основі своєчасної корекції рухів, що пред'являє підвищені вимоги до рівня розвитку координації і точності рухів. На даний час повністю не визначено цілісного уявлення про механізми рухових координацій у волейболі, що створює певні труднощі при розробці ефективних методик їх вдосконалення у волейболістів з різним рівнем підготовленості та різного віку [2]. При цьому спеціалісти вважають, що в умовах спортивної діяльності вдосконалення координаційних механізмів, що визначають ефективність рухових дій, вимагає відповідної підготовки, основне завдання якої заключається в усуненні труднощів, пов'язаних з використанням власне координаційних можливостей шляхом підготовки робочих механізмів локомоторного апарату до умов роботи, властивих змагальній вправі. Така підготовка повинна передбачати акценти вдосконалення вміння концентрувати робочі зусилля по ходу руху і раціонально розставляти акценти в системі рухів у відповідності до вимог біодинамічної структури рухової дії.

Високий рівень розвитку координаційних здібностей (КЗ), досягнутий на початкових етапах спортивного тренування, є важливим фактором оптимізації координаційної і технічної підготовки, який дозволяє запобігти застою в рості результатів, робить змагальні рухи економними, варіативними, різноманітними і у кінцевому рахунку більш ефективними. Крім того, широка координаційна

Наука III тисячоліття: пошуки, проблеми, перспективи розвитку

підготовка на початкових етапах тренування допомагає легше засвоювати нові форми рухів і тим самим збагачувати руховий досвід юних спортсменів [1].

Під час тренування формуються такі дуже необхідні сприйняття, специфічні для діяльності волейболістів, як «відчуття простору, часу, партнера, м'яча, сітки» [3].

Водночас у літературі, що присвячена підготовці волейболістів-початківців, розвитку координаційних здібностей приділено недостатньо уваги, бракує методичних порад стосовно режимів навантаження та відпочинку, місця окремих координаційних здібностей у тренувальному процесі волейболістів на етапі початкової підготовки.

Література

1. Волейбол: учебник для вузов / под общ. ред. А. В. Беляева, М. В. Савина - 3-е изд., перераб. и доп.. - М.: Физкультура и спорт, 2006. - 360 с.
2. Денисов М.В. Сопряженный метод как фактор, способствующий оптимизации процесса совершенствования элементов техники волейбола / М.В. Денисов // Теория и практика физической культуры. - 2007. - №4. - с. 40-42.
3. Спортивные игры: техника и тактика обучения: учебник / под ред. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. - М.: Академия, 2001. - 520 с.

ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ СТАН ВІДКРИТИХ СПОРТИВНИХ МАЙДАНЧИКІВ У м. ЛЬВОВІ

Мандюк А.Б., канд фіз. вих.

Львівський державний університет фізичної культури, м. Львів, Україна

У ході дослідження згідно розробленої авторської методики здійснено оцінку функціонального стану відкритих спортивних майданчиків м. Львова. Загалом оцінено функціональний стан 52 споруди вказаного типу у різних районах міста.

У ході дослідження оцінювалися 5-ть груп характеристик, які в цілому визначали загальний стан об'єкту. До оцінюваних характеристик входили: функціональність (визначення кількості функціональних зон розташованих на майданчику); відповідність спортивного обладнання та розмітки існуючим правилам з видів спорту/справність обладнання; вид/стан покриття; доступність/ безпека; благоустрій/комфорт.

За результатами проведеного дослідження найвищу оцінку отримала група показників «доступність/ безпека». Середня оцінка цієї групи характеристик склала «9,2» бали. Оцінка групи характеристик «функціональність» становила «8,9» балів. Благоустрій та комфорт відкритих спортивних майданчиків за результатами оцінювання отримали «7» балів. Найнижчим виявилися оцінки таких груп характеристик, як «стан покриття» та «відповідність/справність обладнання». Вказані групи отримали оцінки «6,9» та «6,7» балів відповідно (рис. 1).