

Обґрунтування опитування спортсменів із проблематики теоретичної підготовки

Львівський державний університет фізичної культури (м. Львів)

Постановка наукової проблеми та її значення. Відповідно до дидактичних закономірностей навчально-тренувального процесу, у спорті має місце послідовність утворення в спортсменів різних сторін підготовленості, при яких першочергово відбувається формування знань (теоретичної підготовка) та в подальшому на їх основі – умінь і навичок [1; 3; 4]. Узагальнення наукової думки галузі фізичної культури й спорту дало підставу констатувати відносно самостійне існування теоретичної підготовки в багаторічному тренувальному процесі [9, с. 10].

Аналіз досліджень цієї проблеми. Незважаючи на існування окремих досліджень у напрямі теоретичної підготовки спортсменів [4; 6; 9; 10], у науковій та методичній інформації відсутні роботи щодо теоретичної підготовки в спорті в цілому з визначенням притаманної їй цілісно орієнтованої системи методів і засобів передачі специфічних знань.

Отже, обумовлюється необхідність створення ефективного підґрунтя процесу вдосконалення спортивної майстерності на різних етапах багаторічної підготовки та водночас сприяння гармонійному розвитку особистості спортсмена через визначення місця теоретичної підготовки на прикладі різних груп видів спорту [3, с. 8].

Дослідження виконано згідно з темою 2.8 «Удосконалення підготовки спортсменів в окремих групах видів спорту», Зведеним планом науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2011–2015 рр. та темою «Основи теоретичної підготовки у спорті» Львівського державного університету фізичної культури на 2013–2017 рр.

Мета дослідження – обґрунтувати структуру й зміст бланка опитування спортсменів із проблематики теоретичної підготовки в процесі багаторічного спортивного вдосконалення.

Методи дослідження – теоретичний аналіз та узагальнення науково-методичної літератури, порівняння, аналогії, моделювання й класифікації.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. В основу обґрунтування опитування спортсменів у різних видах спорту покладено необхідність з'ясування ставлення та розуміння питань теоретичної підготовки в багаторічному процесі власного вдосконалення.

Беззаперечним є те, що спортсмени – безпосередні учасники педагогічного процесу, спрямованого на засвоєння системи спеціальних знань, які в подальшому дають змогу на їх основі сформуванню вміння та навички [1, с. 3, 8]. Підготовленість спортсмена як об'єкта навчально-тренувальних впливів – керована підсистема підготовки в спорті, повинна бути критерієм результативності реалізації всіх сторін підготовки, у тому числі й теоретичної [8]. При формуванні бланка опитування спортсменів, передусім, перед нами постала необхідність поверхневого ознайомлення респондентів із проблематикою представлених питань. Цього ми досягнули за рахунок вступної частини, у якій визначено, що в дослідженні потрібно висловити свою думку стосовно теоретичної підготовки на різних етапах багаторічної підготовки у виді спорту, яким займається респондент (спортсмен).

Зрозуміло, що інформація, яка планувалася до отримання в процесі опитування, має значення в порівнянні та взаємозв'язку із визначенням рівня майстерності, стажем тренувальної діяльності. Для цього використано питання щодо виду спорту, спортивного розряду (звання), кількості тренувальних занять у тижневому циклі підготовки та віку спортсменів. При формулюванні цього блоку запитань досягнення основної мети відбувалось опосередковано. Проте, урахувавши загальні підходи до соціологічних опитувань та потреби подальшої статистичної обробки й інтерпретації даних, виникла необхідність з'ясування цієї інформації [7, с. 9, 10].

Спортсмени є активними учасниками навчально-тренувального процесу, що зумовлено реалізацією в спортивній підготовці значної кількості загальних та специфічних функцій спорту. Таким чином, вони виступають і об'єктом тренувальних впливів, і суб'єктом у процесі самовдосконалення. З огляду на це, постала необхідність з'ясування рівня активності спортсменів у напрямі формування теоретичної підготовленості в обраному виді спорту. Це зроблено за допомогою включення до бланка опитування питання, пов'язаного з визначенням показника часу, упродовж якого спортсмени,

займаючись обраним видом спорту, відчувають потребу в специфічній інформації. Основу варіантів відповідей склали кількісні показники з кроком у один рік, тобто від одного до 10 років, та останній варіант передбачав відповідь: «понад 10 років». Формулювання цих відповідей дало змогу врахувати всі етапи підготовки й, відповідно, – роки тренувань спортсменів в обраному виді спорту.

Зважаючи на зміст більшості навчальних програм для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл олімпійського резерву та шкіл вищої спортивної майстерності [3, с. 6, 7, 8], тривалість багаторічної підготовки за ними складає до 10–12 років. Це відповідає етапам від початкової підготовки до підготовки до вищих досягнень. Ураховуючи те, що спортсмени не одразу стають активними споживачами спеціальної інформації, ми передбачаємо, що спектр відповідей і їх зіставлення із загальним стажем тренувальних занять дасть змогу з'ясувати, коли, власне, відбувається перехід спортсменів від споживчого до активного рівня у формуванні спеціальної інформації.

Окрім часових меж активного використання специфічної інформації, при формуванні бланка опитування поставлено проміжне завдання – визначити якісний рівень використання інформації, яка поступає до спортсменів. Це досягнуто за допомогою питання щодо суб'єктивної характеристики рівня використання інформації, яку вони (спортсмени) отримують упродовж періоду занять обраним видом спорту. Якісні критерії відповіді містили шість рівнів, серед них – майже ніколи, рідко, часто, майже завжди, важко відповісти, за потреби. На наш погляд, запропоновані варіанти відповідей дають змогу повністю врахувати якісну оцінку рівнів використання інформації спортсменами у своїй діяльності.

Наступним змістовним й об'ємним блоком питань були ті, які розв'язували завдання з'ясування оптимального змісту та значущості розділів теоретичної підготовки на різних етапах багаторічного вдосконалення спортсменів. Для формулювання запитань і відповідей обрано етапи та групи етапів системи підготовки, зокрема початкової підготовки (ПП); попередньої базової підготовки (ПБП); спеціалізованої базової підготовки (СБП); підготовки до вищих досягнень (ПдВД); етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей (МРІМ); етапи збереження вищої спортивної майстерності й поступового зниження досягнень (ЗіП) [8].

Для обґрунтованого формулювання цього блоку запитань попередньо проведено дослідження з визначення основних розділів теоретичної підготовки в різних групах видів спорту (циклічні, спортивні ігри, швидкісно-силові, складнокоординаційні, єдиноборства, комбіновані види спорту) та його узагальнення [4–7]. Установлені під час цього дослідження наукові дані покладено в основу питань із визначення значущості різних тематичних розділів у багаторічній системі підготовки спортсменів, незалежно від специфіки виду спорту. Для цього підрозділу бланка опитування визначено шість самостійних розділів теоретичної підготовки. Усі вони знайшли своє відображення в навчальних програмах із різних видів спорту: гуманітарні та соціалізуючі знання в підготовці спортсменів; змагальна діяльність; матеріально-технічне забезпечення; медико-біологічне забезпечення; правила безпеки; система підготовка спортсменів.

Розділ «гуманітарні та соціалізуючі знання в підготовці спортсменів» представлений основними темами: відомі постаті у виді спорту; діяльність міжнародного й національного олімпійських комітетів; історичні аспекти зародження та розвитку виду спорту; олімпійська освіта; спорт інвалідів; стан розвитку виду спорту в країнах світу; стан розвитку виду спорту в Україні; тенденції подальшого розвитку виду спорту; фізична культура та спорт в Україні.

Для оцінки в тематичному розділі «змагальна діяльність» представлено окремі теми: єдина спортивна класифікація; міжнародна система змагань; обов'язки суддів і суддівство змагань (ведення протоколу); організаційні структури України у виді спорту та їхня діяльність; організація й проведення змагань; положення про змагання; правила змагань; світові організаційні структури у виді спорту та їхня діяльність; національна система змагань.

Як зазначають В. С. Келлер, В. М. Платонов [2], система підготовки повинна включати такі складові, як матеріально-технічне й медико-біологічне забезпечення. Відповідно, вони повинні знаходити своє відображення в змісті та структурі теоретичної підготовки. Першу з них запропоновано наповнити окремими темами, пов'язаними з вимогами до місць проведення занять і змагань; економічними аспектами проведення змагань, участю в них та забезпеченням навчально-тренувального процесу; загальною характеристикою спортивного інвентарю й обладнання; плануванням організації та участі в змаганнях; правилами збереження й експлуатації спортивного устаткування; спортивною екіпіровкою та вимогами до неї. Друга має специфічну спрямованість і включає відомості про будову та функції організму людини; вплив фізичних вправ на організм людини; гігієну, загартовування, режим спортсмена; засоби стимуляції й підвищення працездатності та відновлення, масаж і

самомасаж; збалансоване харчування; особливості енерговитрат в обраному виді спорту; об'єктивні та суб'єктивні показники втоми; функціональні системи організму спортсмена і їх значення для спортивного результату; самоконтроль, щоденник самоконтролю.

Невід'ємною складовою частиною системи підготовки та збереження здоров'я й цілісності організму спортсменів є розділ «правила безпеки». Для визначення пріоритетності розгляду окремих тем цього розділу на різних етапах багаторічної підготовки включено такі відносно самостійні теми: лікарський (медичний) контроль; надання першої допомоги; правила поведінки під час тренувань і змагань; техніка безпеки та дії в критичних ситуаціях; травми. причини виникнення, профілактика Це повний спектр тем, відображених у нормативних документах підготовки спортсменів у різних видах спорту, а саме навчальних програмах із видів спорту.

Основний акцент та найбільшу частку представлених питань щодо теоретичної підготовки нами, природно, зроблено на специфічних знаннях, пов'язаних із системою підготовки спортсменів. На розгляд респондентів представлено окремі теми розділу: інтегральна підготовка; психологічна підготовка; тактична підготовки; технічна підготовка; фізична підготовка; індивідуальний план тренування; методи та засоби підготовки спортсменів; методологія вдосконалення різних сторін підготовленості спортсменів; модельні характеристики спортсменів вищої кваліфікації; організація навчально-тренувального процесу; періодизація підготовки спортсменів; планування та облік спортивного тренування. Конспект навчально-тренувального заняття; понятійний апарат виду спорту.

Окрім зазначених окремих тем, у бланку опитування респондентам запропоновано оцінити та визначити значущість узагальнених розділів теоретичної підготовки на різних етапах багаторічного вдосконалення спортсменів.

Оцінювання значущості окремих тем та власне розділів запропоновано проводити в межах десятибальної шкали. При цьому питання мають напівзакритий характер, що дало змогу респондентам за необхідності доповнити тематику знань (блоки) за всіма розділами теоретичної підготовки.

Наступними послідовними кроками при складанні бланка опитування спортсменів із питань теоретичної підготовки стали доповнюючі питання. Перше з них спрямоване на визначення повноти розкриття змісту теоретичної підготовки в обраному виді спорту вищезазначеними розділами та їх темами. При цьому в разі відповіді «ні» на полярне запитання запропоновано доповнити те, які власне розділи потрібно включити в теоретичну підготовку спортсменів у конкретному виді спорту [1, с. 10].

При формуванні бланка опитування вперше зроблено спробу розгляду в межах теоретичної підготовки питань, пов'язаних із характеристикою правил змагань зі споріднених видів спорту, системи підготовки в них та характеристика правил змагань і системи підготовки в різних видах спорту, елементи яких використовуються в спортивному тренуванні. Це спричинено об'єктивною необхідністю, адже в більшості видів спорту, розв'язуючи завдання загальної, спеціальної фізичної підготовки та інші, використовується спектр засобів, який належить до інших (споріднених за структурою змагальної діяльності чи ні) видів спорту. Проте в цьому разі спортсменам потрібно відповісти поверхнево, тобто з такими варіантами відповідей: так, ні, важко відповісти.

Послідовно, після розгляду змісту теоретичної підготовки при складанні бланка опитування звернуто увагу на її реалізацію. Так, з огляду на аналіз науково-методичної літератури, запропоновано визначити, який із варіантів та на якому етапі є найбільш оптимальним для реалізації теоретичної підготовки. Для полегшення формулювання своїх думок респондентам даються варіанти відповідей, серед яких пропонується реалізовувати теоретичну підготовку в поєднанні з іншими сторонами (інтегральна, технічна, фізична, тактична, психічна) та самостійно.

Ще одним кроком для розуміння значення теоретичної підготовки в багаторічному процесі вдосконалення стало визначення суб'єктивної думки спортсменів щодо частки цієї сторони підготовки від загального тренувального навантаження. Спортсменам запропоновано межі відносної частки для реалізації теоретичної підготовки (усього шість рівнів: 1–2, 3–4, 5–6, 7–8, 9–10, 11–12 %, а також свій варіант). У цьому випадку ми керувалися тим, що в навчальних програмах із різних видів спорту зазначені граничні значення (1–12 %) [5; 6; 7]. У разі, якщо хтось із респондентів (спортсменів) матиме власну думку, яка не узгоджується із запропонованими варіантами, передбачено відповідь: «Ваш варіант».

Окрім обсягів, ми також зробили акцент на джерелах передачі інформації в спортивній підготовці в конкретному (обраному) виді спорту. Цей напрям опитування реалізовувався у двох аспектах: перший пов'язаний із частотою використання визначеного джерела інформації та другим – із вищезазначеною отриманою інформації. Для двох сформульованих питань джерела залишалися сталими. Усі вони сформовані за аналізом спеціальної літератури та практики спортивної підготовки [9, 10]: друзі

й колеги по команді; періодична науково-популярна література (газети, журнали тощо); науково-методична література (збірки наукових статей, посібники, монографії); тренер; сім'я; телебачення (спортивні кінофільми телепрограми, новини); інтернет (спеціалізовані спортивні сайти, соціальні мережі, форум-спілкування).

Проте в першому випадку (частоти використання) запропоновано такі критерії: щоденно, кілька разів на тиждень (у двох діапазонах – 2–3 та 4–5), кілька разів на місяць (у двох діапазонах – 3–4 й 5–6) та майже ніколи. У другому випадку, при розгляді ґрунтовності отриманої інформації, використано варіанти відповідей: не задовольняють; частково, у більшості, повною мірою задовольняють рівень запиту спортсменів.

Останнім аспектом, який зацікавив нас у межах теоретичної підготовки, стало те, із якими питаннями спортсмени найчастіше звертаються до своїх наставників у процесі багаторічної спортивної підготовки. Для цього сформовано відкрите питання зі значною (10 позицій) кількістю варіантів відповідей.

Отже, сформований бланк опитування спортсменів дає змогу окреслити основні аспекти реалізації теоретичної підготовки в системі багаторічного спортивного вдосконалення спортсменів.

Висновки. Теоретична підготовка спортсменів вирішує низку актуальних питань системи підготовки спортсменів, пов'язаних як із передачею спеціальних знань, так і з удосконаленням інших сторін спортивного тренування, зокрема фізичної, технічної, тактичної, психологічної інтегральної підготовки.

Обґрунтовано структуру та зміст бланка опитування спортсменів із проблематики теоретичної підготовки, що включає в себе необхідність відповіді на низку питань особистісної ідентифікації (вік, вид спорту, стаж занять, кваліфікація тощо), питань пов'язаних із потребою-мотиваційним запитом стосовно отримання спеціальної інформації в спорті, змістом і структурою теоретичної підготовки, її організації з огляду на навчально-тренувальний процес, а також шляхів передачі інформації, визначення пріоритетів у побудові теоретичної підготовки на різних етапах багаторічного вдосконалення в спорті. Це дає змогу комплексно розглянути проблематику теоретичної підготовки в спорті із суб'єктивного погляду її безпосередніх учасників – спортсменів.

Перспективи подальших досліджень передбачають з'ясування думок спортсменів щодо теоретичної підготовки на різних етапах багаторічного спортивного вдосконалення в обраному виді спорту.

Джерела та література

1. Деркач А. А. Педагогическое мастерство тренера / А. А. Деркач, А. А. Исаев. – М. : Физкультура и спорт, 1981. – 375 с.
2. Келлер В. С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів : навч. посіб. / В. С. Келлер, В. М. Платонов. – Львів : Укр. спорт. асоц., 1992. – 269 с.
3. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты / Л. П. Матвеев. – М. : Известия, 2001. – 334 с.
4. Питын М. П. Проблемное поле теоретической подготовки в спорте / М. П. Питын // XIII Междунар. науч. сессия по итогам НИР за 2012 год «Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре и спорту»: Физическая культура и спорт в системе дополнительного образования взрослых : материалы науч.-практ. конф. – Минск : БГУФК, 2013. – С. 63–66.
5. Пітин М. Організаційно-методичні аспекти теоретичної підготовки спортсменів-гірськолижників / М. Пітин // Теорія і практика фізичного виховання : наук.-метод. журн. – Донецьк : ДНУ, 2013. – № 1. – С. 109–120.
6. Пітин М. Теоретична підготовка в системі багаторічного спортивного вдосконалення важкоатлетів / Мар'ян Пітин // Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання : журнал / уклад. А. В. Цьось, А. І. Альошина. – Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2013. – Вип. 9. – С. 125–129.
7. Пітин М. П. Місце теоретичної підготовки в системі багаторічного вдосконалення спортсменів у настільному тенісі / Мар'ян Пітин // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Східноєвроп. нац. ун-ту ім. Лесі Українки / уклад. А. В. Цьось, С. П. Козібродський. – Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2013. – № 1 (21). – С. 353–358.
8. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : учеб. тренера высш. квалификации / В. Н. Платонов. – Киев : Олимп. лит., 2004 – 584 с.
9. Спортивная информация – спортсмен: анкета спортсмена / сост. А. М. Максименко, В. В. Строкатов. – М. : ГЦОЛИФК, 1975. – 8 с.
10. Теоретическая подготовка юных спортсменов: пособ. для тренеров ДЮСШ / Ю. Ф. Буйлин, З. И. Знаменская, Ю. Ф. Курамшин, Б. Ф. Романов, С. Б. Тихвинский, В. В. Трунин, Г. Д.Харабуга, А. В. Хордин. – М. : Физкультура и спорт, 1981. – 192 с.

Анотації

Теоретична підготовка вирішує низку актуальних питань системи підготовки спортсменів. Мета дослідження – обґрунтувати структуру та зміст бланка опитування спортсменів із проблематики теоретичної підготовки в процесі багаторічного спортивного вдосконалення. Структура й зміст бланка опитування спортсменів із проблематики теоретичної підготовки включає в себе необхідність відповідей на низку питань особистісної ідентифікації; пов'язаних із запитом стосовно отримання спеціальної інформації, змістом і структурою теоретичної підготовки, її організації, а також шляхів передачі інформації, визначення пріоритетів у побудові теоретичної підготовки на різних етапах багаторічного вдосконалення в спорті. Це дає змогу комплексно розглянути проблематику теоретичної підготовки в спорті.

Ключові слова: теоретична підготовка, спортсмен, опитування, обґрунтування.

Марьян Питын. Обоснование опроса спортсменов по проблематике теоретической подготовки.

Теоретическая подготовка решает ряд актуальных вопросов системы подготовки спортсменов. Цель исследования – обосновать структуру и содержание бланка опроса спортсменов по проблематике теоретической подготовки в процессе многолетнего спортивного совершенствования. Структура и содержание бланка опроса спортсменов по проблематике теоретической подготовки включает в себя необходимость ответов на ряд вопросов личностной идентификации; связанных с запросом о получении специальной информации, содержанием и структурой теоретической подготовки, её организации, а также путей передачи информации, определения приоритетов в построении теоретической подготовки на различных этапах многолетнего совершенствования в спорте. Это позволяет комплексно рассмотреть проблематику теоретической подготовки в спорте.

Ключевые слова: теоретическая подготовка, спортсмен, опрос, обоснование.

Marvan Pityn. Sportsmen Survey Argumentation in Theoretical Training Issues.

The theoretical training solves a number of current issues of the sportsmen training system. Investigation aim: to prove the structure and content of sportsmen questionnaire in theoretical training issues in a process long - term sports improving. Results: the structure and content of the sportsmen questionnaire include the necessity of answering on several questions of personal identification, issues related to a request for specific information, content and structure of theoretical training, organization and also the ways of information transmission, priorities determination in the construction of theoretical training at various stages of long-term improvement in the sport. This allows complex considering of theoretical training in the sport.

Key words: theoretical training, sportsman, survey, argumentation.