

considerably differ after the structure of motive actions and terms of their implementation. One of main problems of optimization of training process in pre-contention meso cycle there is a problem of selection and combination of facilities of the special preparation in certain training employment and taking into account the effect of consequence, in a training mikro cycle. Our researches represent the specific of preparation of track and field athletics of female hurdlers on the finishing stage, before official competitions, when the individual features of sportsmen show up especially clearly, that also can influence on comparison the results got by us with the results of other authors, which investigate other periods of annual cycle of preparation.

Key words: pre-contention meso cycle, special preparedness, contention activity, trainings facilities.

УДК 796.052.242.322

Валерій Мельник, Мар'ян Пітин

Порівняльна характеристика показників тактичних дій у нападі гандболістів на різних етапах системи багаторічної підготовки

Львівський державний університет фізичної культури (м. Львів)

Постановка наукової проблеми та її значення. Удосконалення змагальної діяльності в гандболі, пов'язане зі змінами правил, а також зростанням психічних та фізичних навантажень, висуває більші вимоги до тактичної підготовленості гандболістів. Недостатній рівень тактичної підготовленості не дає змоги ефективно реалізовувати свій технічний і фізичний потенціал, що значно зменшує можливість досягнення високого спортивного результату [3; 6; 7; 8].

Зв'язок із науковими темами та планами. Роботу виконано відповідно до теми 2.4: «Теоретико-методичні основи індивідуалізації навчально-тренувального процесу в ігрових видах спорту» Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2011–2015 рр.

Аналіз досліджень цієї проблеми. Останнім часом фахівці приділяють значну увагу розробці моделей підготовки спортсменів, що дає змогу внести корективи в навчально-тренувальний процес. У спортивних іграх дослідження спрямовано лише на контроль і способи вдосконалення тактичної підготовки спортсменів, а модельні характеристики розглянуто лише з позиції командних тактичних дій гравців. Індивідуальні тактичні дії вивчено фахівцями тільки в ракурсі функцій гравців і системи ведення гри, а ефективний вибір позиції гравців розглянуто лише в підготовці воротарів [1; 2; 3; 8]. Тому актуальним є вдосконалення тактичної підготовки кваліфікованих гандболістів, що можливо проводити на основі знань про структуру та зміст їхньої змагальної діяльності й, зокрема, наявних взаємозв'язків.

Мета дослідження – визначити кваліфікаційні відмінності гандболістів на різних етапах системи багаторічної підготовки.

Методи дослідження – теоретичний аналіз та узагальнення, педагогічне спостереження, методи математичної статистики.

Організація дослідження. Для педагогічного спостереження взято ігри за участі гандболістів на етапах спеціалізованої базової підготовки (22 гри турніру пам'яті почесного майстра спорту В. Богатікова), підготовки до вищих досягнень (28 гри чемпіонату України з гандболу серед чоловіків серед команд Вищої ліги) і максимальної реалізації індивідуальних можливостей (12 ігор змагань із гандболу ігор Олімпіад).

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Установлення особливостей тактичних дій у нападі гандболістів на різних етапах системи багаторічного вдосконалення дало змогу ефективно проаналізувати відмінності та ті орієнтовні межі, які повинні бути притаманні рівню підготовленості спортсменів.

Можна констатувати, що за показником загальної кількості кидків за гру менш кваліфіковані гандболісти (на етапах спеціалізованої базової підготовки й підготовки до вищих досягнень) виконують достовірно більшу кількість кидків по воротах (на 10,12 та 12,24 кидка, 19,53 і 23,61 %, відповідно) (табл. 1). На перший погляд, ситуація мала б бути протилежною, проте з урахуванням

наявних наукових даних варто зазначити, що висококваліфіковані спортсмени створюють більший рівень спротиву, який і зменшує абсолютні показники кількості кидків [4; 5].

Однак за кількістю забитих голів спостерігаємо наближені числові значення між висококваліфікованими гандболістами та тими, які перебувають на етапі підготовки до вищих досягнень. Різниця між ними становить 2,20 результативних кидка за гру (8,21 % при $p \leq 0,05$). Цікавою виявилася ситуація, за якою найбільшу кількість закинутих у ворота м'ячів проводять гандболісти на етапі підготовки до вищих досягнень та достовірно найменшу ($p \leq 0,05-0,01$) – спортсмени на етапі спеціалізованої базової підготовки (на 6,15 результативних кидки, 21,18 % менше, порівняно зі спортсменами на етапі підготовки до вищих досягнень, і на 3,95 результативних кидка, 14,71 % стосовно представників етапу максимальної реалізації індивідуальних можливостей).

Таблиця 1

Показники виконання тактичних дій у нападі різного виду гандболістами на різних етапах багаторічної підготовки

Показник	Етап багаторічної підготовки			Відмінності між показниками спортсменів різних кваліфікаційних груп		
	СБП (1)	ПдВД (2)	МРІМ (3)	1–2 абс. зн., %	2–3 абс. зн., %	1–3 абс. зн. %
	M±m	M±m	M±m			
1	61,95±6,18	64,07±4,37	51,83±6,82	2,12 (3,30)	12,24** (23,61)	10,12** (19,53)
2	22,89±3,71	29,04±4,97	26,83±3,76	6,15** (21,18)	2,20 (8,21)	3,95* (14,71)
3	37,14±5,39	44,96±5,53	52,48±8,36	7,82** (17,39)	7,52* (14,34)	15,34** (29,23)
4	48,50±7,07	46,75±4,79	41,38±5,39	1,75 (3,74)	5,38* (12,99)	7,13* (17,22)
5	15,82±3,35	16,14±4,58	16,28±2,46	0,32 (2,01)	0,23 (1,42)	0,56 (3,40)
6	32,94±5,84	33,83±6,91	40,64±8,75	0,89 (2,62)	6,81* (16,75)	7,69* (18,93)
7	8,82±4,04	8,82±2,19	3,63±1,41	0,003 (0,04)	5,20** (143,35)	5,19** (143,26)
8	2,57±1,67	5,57±1,22	2,79±1,21	3,00** (53,90)	2,78** (99,57)	0,22 (8,01)
9	26,73±14,39	66,62±15,14	77,71±21,94	39,89** (59,88)	11,09 (14,27)	50,98** (65,60)
10	4,64±2,75	8,50±1,89	6,83±2,53	3,86** (45,45)	1,67* (24,39)	2,20* (32,15)
11	2,66±2,04	5,50±1,07	5,04±1,80	2,84** (51,65)	0,46 (9,09)	2,38* (47,26)
12	52,57±26,06	66,70±10,75	76,44±15,17	14,13* (21,18)	9,73* (12,73)	23,86** (31,22)

Примітки: 1 – загальна кількість виконаних кидків за гру; 2 – кількість забитих у ворота м'ячів за гру; 3 – результативність кидків із гри; 4 – загальна кількість виконаних кидків за гру після позиційного нападу; 5 – кількість забитих у ворота м'ячів за гру після позиційного нападу; 6 – результативність кидків із гри після позиційного нападу; 7 – загальна кількість виконаних кидків за гру після «прориву»; 8 – кількість забитих у ворота м'ячів за гру після «прориву»; 9 – результативність кидків із гри після «прориву»; 10 – загальна кількість виконаних кидків за гру після «відриву»; 11 – кількість забитих у ворота м'ячів за гру після «відриву»; 12 – результативність кидків із гри після «відриву»; * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$.

Установлено, що з підвищенням етапу багаторічної підготовки спостерігаємо достовірне покращення показника загальної результативності гандболістів у змагальній діяльності. Між представниками етапів спеціалізованої базової підготовки та підготовки до вищих досягнень різниця становить 7,82 (17,39 %) при $p \leq 0,05$, між ними ж та гандболістами на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей – 15,34 (29,23 %) при $p \leq 0,01$. Між гандболістами на етапі підготовки до вищих досягнень і максимальної реалізації – 7,52 (14,34 %) при $p \leq 0,05$.

Достовірно найменші кількісні показники зафіксовано в гандболістів на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей, що на 5,38 (12,99 %) і 7,13 кидків (17,22 %) менша, ніж у

представників груп спортсменів на етапах підготовки до вищих досягнень та спеціалізованої базової підготовки.

Для всіх кваліфікаційних груп відсутні достовірні відмінності в кількості забитих після позиційного нападу кидків по воротах (0,23–0,56 кидка, 1,42–3,40 % при $p > 0,05$). Однак з урахуванням загальної кількості кидків зростає суттєвість переваги в показнику результативності кидків після виконання тактичних дій у позиційному нападі. За цим показником гандболісти на етапі максимальної реалізації випереджають спортсменів на етапі спеціалізованої базової підготовки та підготовки до вищих досягнень (7,69 (18,93) при $p \leq 0,05$ і 6,81 (16,75) при $p \leq 0,05$, відповідно), які, зі свого боку, не мають суттєвих розбіжностей за цим показником (0,89, 2,62 % при $p > 0,05$).

Відзначимо, що для загальної кількості виконаних кидків за гру після «прориву» спостерігаємо аналогічну ситуацію. Спортсмени на етапах спеціалізованої базової підготовки й підготовки до вищих досягнень, не маючи суттєвих відмінностей між собою (0,04 %, $p > 0,05$), виконують значно більше кидків, порівняно з гандболістами на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей (на 5,19–5,20; 143,26–143,35 кидка при $p \leq 0,01$). Отримані результати засвідчують, що для контингенту кваліфікованих гандболістів, на відміну від висококваліфікованих, притаманна інша стратегія ведення змагальної діяльності.

Водночас достовірно менша кількість виконаних кидків після «прориву» не заперечує вищого відсотка їх реалізації, що перебуває на рівні, який на 65,60 % перевищує показник спортсменів на етапі спеціалізованої базової підготовки ($p \leq 0,01$). У цьому випадку спортсмени на етапі підготовки до вищих досягнень наближаються до своїх більш кваліфікованих колег (14,27 % при $p > 0,05$).

За показниками «відриву» можна простежити суттєві відмінності за більшістю параметрів. Найбільшу кількість кидків після відриву проводять гандболісти на етапі підготовки до вищих досягнень, що на 2,20–3,86 кидка (32,15–45,45 %) більше, порівняно з іншими досліджуваними групами. За кількістю результативно виконаних кидків ці спортсмени зрівнялися з представниками етапу максимальної реалізації індивідуальних можливостей (різниця 0,46 результативного кидка, 9,09 % при $p > 0,05$). За цим показником іншим групам спортсменів суттєво ($p \leq 0,05$ – $0,01$) поступаються представники етапу спеціалізованої базової підготовки (2,38–2,84 результативних кидків, 47,26–51,65 %).

Формування орієнтирів у підготовці гандболістів на етапі підготовки до вищих досягнень передбачало також установлення відмінностей тактичних дій у нападі (зокрема групових та індивідуальних) спортсменів різних кваліфікаційних груп. Можна констатувати, що кваліфіковані гандболісти (етапи спеціалізованої базової підготовки й підготовки до вищих досягнень) демонструють значно більшу кількість виконання кидків після групових взаємодій, що на 12,19 та 11,58 кидків (31,32 і 29,76 %, відповідно, при $p \leq 0,01$) більше за показники висококваліфікованих гандболістів на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей. При цьому між групами кваліфікованих гандболістів не зафіксовано достовірних розбіжностей (0,61 кидка за гру, 1,19 % при $p > 0,05$).

Незважаючи на сказане вище, кількість забитих спортсменами м'ячів після виконання групових взаємодій не має суттєвих відмінностей між гандболістами на всіх етапах, що підлягали вивченню. Різниця абсолютних значень показника результативних кидків по воротах коливалась у межах від 0,53 до 1,27 кидка (2,63–6,72 % при $p > 0,05$).

Однак суттєві відмінності спостерігали в розрахунковому значенні результативності кидків після виконання групових взаємодій. За цим показником перевагу ($p \leq 0,05$ – $0,01$) продемонстрували гандболісти на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей. Так від обох груп кваліфікованих спортсменів відмінності сягнули 9,50–9,72 (19,48–19,94 %). Це вказує на те, що висококваліфіковані спортсмени в умовах змагальної діяльності більш якісно реалізують атаквальні дії, що виконуються за допомогою групових взаємодій.

Для індивідуальних тактичних дій у нападі спостерігають більш виражені міжкваліфікаційні відмінності. За групою цих показників від етапу до етапу відбувається нарощування переваги більш кваліфікованих гандболістів. За загальною кількістю виконаних кидків встановлено перевагу гандболістів на етапах спеціалізованої базової підготовки та підготовки до вищих досягнень над представниками на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей (2,58 і 4,23; 29,07 та 47,69 % при $p \leq 0,05$ – $0,01$).

Цікавою виявилася ситуація, за якої найбільшу кількість результативних кидків за гру виконували представники етапу підготовки до вищих досягнень. За цим показником вони випередили висококваліфікованих гандболістів (2,22 результативних кидків, 42,02 % при $p \leq 0,01$) та спортсменів на етапі спеціалізованої базової підготовки (4,00 (56,61 %) при $p \leq 0,01$). На наше переконання, це вказує, що при індивідуальних діях спортсмени на етапі підготовки до вищих досягнень де-

монструють достатню впевненість. Індивідуальні дії в їхньому виконанні ще не зазнають значного опору, який наявний на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей.

Для показника результативності кидків після виконання індивідуальних тактичних дій спостерігаємо закономірну ситуацію. Вона вже підтверджена в низці показників, які вивчалися. Починаючи від етапу спеціалізованої базової підготовки й до максимальної реалізації індивідуальних можливостей результативність сходинкоподібно підвищується. Різниця між кваліфікованими гандболістами (етапи спеціалізованої базової підготовки та підготовки до вищих досягнень) складає 26,59 (50,37 % при $p \leq 0,01$), між представниками на етапі підготовки до вищих досягнень та етапу максимальної реалізації індивідуальних можливостей – 7,76 (12,81%, при $p \leq 0,05$). Це забезпечило перевагу висококваліфікованих гандболістів на 34,35 (56,73 % при $p \leq 0,01$) над спортсменами на етапі спеціалізованої базової підготовки.

Аналіз наукової та методичної літератури засвідчив наявність різновидів групових взаємодій. Урахування важливості групових взаємодій для досягнення загального спортивного результату гри дало змогу запропонувати для вивчення кваліфікаційні відмінності основних показників спортсменів на різних етапах багаторічної підготовки в гандболі після виконання «паралельних», «схресних» і «комбінованих» групових взаємодій (табл. 2).

Для загальної кількості кидків після «паралельних» групових взаємодій суттєвий дисбаланс спостерігаємо між спортсменами на етапі спеціалізованої базової підготовки та двох інших (вищих етапах).

Таблиця 2

Показники виконання різновидів групових тактичних дій у нападі гандболістами на різних етапах багаторічної підготовки

Показник	Етап багаторічної підготовки			Відмінності між показниками спортсменів різних кваліфікаційних груп		
	СБП (1)	ПдВД (2)	МРІМ (3)	1–2	2–3	1–3
	M±m	M±m	M±m	абс. зн., %	абс. зн., %	абс. зн., %
1	37,45±6,18	17,07±2,16	12,17±3,86	20,38** (119,40)	4,90** (40,31)	25,29** (207,85)
2	12,61±3,16	6,71±1,38	3,75±1,29	5,90** (87,86)	2,96** (79,05)	8,86** (236,36)
3	33,87±6,58	39,72±7,40	33,43±13,52	5,85* (14,73)	6,29* (18,82)	0,44 (1,32)
4	5,05±2,10	15,96±1,61	12,04±2,05	10,92** (68,40)	3,92** (32,58)	7,00** (58,10)
5	2,00±1,18	6,36±1,77	5,46±1,25	4,36** (68,54)	0,90* (16,47)	3,46** (63,36)
6	40,09±23,26	39,81±10,20	45,92±10,64	0,28 (0,71)	6,12* (13,32)	5,84 (12,71)
7	8,00±3,23	18,07±2,64	14,71±2,52	10,07** (55,73)	3,36** (22,87)	6,71** (45,61)
8	3,36±1,52	7,07±2,52	9,67±2,31	3,71** (52,43)	2,60* (26,85)	6,30** (65,20)
9	41,11±16,12	38,53±10,78	64,85±8,49	2,58 (6,70)	26,32** (40,59)	23,74** (36,61)

Примітки: 1 – загальна кількість виконаних кидків за гру після «паралельних» групових тактичних дій у нападі; 2 – кількість забитих у ворота м'ячів за гру після «паралельних» групових тактичних дій у нападі; 3 – результативність кидків із гри після «паралельних» групових тактичних дій у нападі; 4 – загальна кількість виконаних кидків за гру після «схресних» групових тактичних дій у нападі; 5 – кількість забитих у ворота м'ячів з гри після «схресних» групових тактичних дій у нападі; 6 – результативність кидків із гри після «схресних» групових тактичних дій у нападі; 7 – загальна кількість виконаних кидків за гру після «комбінованих» групових тактичних дій у нападі; 8 – кількість забитих у ворота м'ячів за гру після «комбінованих» групових тактичних дій у нападі; 9 – результативність кидків із гри після «комбінованих» групових тактичних дій у нападі; * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$.

Для спортсменів цієї кваліфікаційної групи показники відмінностей абсолютних значень сягають 20,38 (119,40 %) при $p \leq 0,01$ та 25,29 кидка (207,85 %) при $p \leq 0,01$, порівняно з етапами підготовки до вищих досягнень і максимальної реалізації індивідуальних можливостей, відповідно. Водночас між гандболістами на цих двох етапах також зафіксовано достовірні відмінності на користь менш квалі-

фікованих спортсменів, які виконують більшу кількість кидків (на 4,90 кидка, 40,31 % при $p \leq 0,01$). Така сама ситуація спостерігається для показника кількості результативних кидків. Найбільшу кількість таких в умовах змагальної діяльності виконано гандболістами на етапі спеціалізованої базової підготовки (різниця від 5,90 до 8,86 результативного кидка, 87,86–236,36 % при $p \leq 0,01$), далі перебувають спортсмени етапу підготовки до вищих досягнень (різниця 2,96 результативного кидка, 79,05 % при $p \leq 0,01$) та найменшу кількість результативних кидків цього виду виконують висококваліфіковані гандболісти.

Цікавими виявилися дані, які зсвідчили, що суттєвих розбіжностей за результативністю кидків після «паралельних» взаємодій між спортсменами на етапі спеціалізованої базової підготовки й максимальної реалізації індивідуальних можливостей немає (різниця 0,44 кидка, 1,32 % при $p > 0,05$). Однак вирізнялися результативністю гандболісти на етапі підготовки до вищих досягнень (перевага 5,85–6,29 кидка, 14,73–18,82 % при $p \leq 0,05$).

Під час аналізу показників «схресних» групових взаємодій простежено дещо іншу ситуацію. Найбільшу кількість кидків виконують гандболісти на етапі підготовки до вищих досягнень, що на 3,92–10,92 кидка (32,58–68,40 %) при $p \leq 0,01$ більше, ніж у представників інших кваліфікаційних груп. Кількість реалізованих кидків із гри після «схресних» групових взаємодій також суттєво більша в гандболістів на етапі підготовки до вищих досягнень (на 0,90–4,36 кидка, 16,47–68,54 % більше при $p \leq 0,05–0,01$). Однак уже за загальною результативністю перевагу отримують гандболісти на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей, що на 5,84–6,12 вище, ніж у представників груп кваліфікованих гандболістів.

Найбільша кількість відмінностей спостерігається в показниках «комбінованих» групових взаємодій. Із них усі результативно-значущі на користь висококваліфікованих гандболістів. Незважаючи на те, що гандболісти на етапі підготовки до вищих досягнень переважають за загальною кількістю кидків після «комбінованих» групових взаємодій (3,36–10,07 кидка, 22,87–55,73 % при $p \leq 0,01$), за результативними кидками й загалом результативністю кидків після цих групових взаємодій поступаються спортсменам на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей (2,60 результативного кидка й 26,32 %).

Висновки. Для спортсменів на етапі спеціалізованої базової підготовки найбільш характерними та такими, що переважають, порівняно зі спортсменами на інших етапах багаторічної підготовки, є «паралельні» групові взаємодії. Для представників на етапі підготовки до вищих досягнень спостерігають достовірне домінування «схресних» групових взаємодій». Однак для спортсменів, які демонструють найвищий рівень майстерності (етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей) основними варто визначити «комбіновані» групові взаємодії.

На підставі отриманих даних визначено послідовність вивчення й удосконалення групових тактичних взаємодій, яка передбачає першочергове залучення «паралельних» групових взаємодій, у подальшому – «схресних» та завершальних – «комбінованих» групових взаємодій.

У перспективі подальших досліджень передбачено обґрунтування програми вдосконалення тактичних дій у нападі кваліфікованих гандболістів.

Джерела та література

1. Дорошенко Э. Ю. Управление технико-тактической деятельностью в командных спортивных играх : монография / Э. Ю. Дорошенко. – Запорожье : ООО ЛИПС ЛТД, 2013. – 436 с.
2. Дорошенко Э. Ю. Структура и особенности технико-тактической деятельности в гандболе (на материалах XIX чемпионата мира) / Э. Ю. Дорошенко, В. А. Цапенко и др. // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. – 2005. – № 4. – С. 9–14.
3. Клусов Н. П. Ручной мяч. Тактика нападения. Взаимодействия игроков / Н. П. Клусов // Физическая культура в школе. – 1982. – № 1. – С. 46–50.
4. Мельник В. Структура та ефективність командних атакуючих дій гандболістів різної спортивної кваліфікації / Валерій Мельник, Володимир Левків // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Львів, 2008. – Вип.12, т. 1. – С. 199–203.
5. Мельник В. Структура та ефективність командних атакуючих дій гандболістів різної спортивної кваліфікації / Валерій Мельник, Володимир Левків // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Львів, 2011. – Вип.15, т. 1. – С. 183–188.
6. Пітин М. Теоретична підготовка в спорті : монографія / Мар'ян Пітин. – Львів : ЛДУФК, 2015. – 372 с.
7. Тищенко В. Структура та зміст змагальної діяльності кваліфікованих гандболісток / В. Тищенко // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2011. – №3(5). – С. 42–49.
8. Циганок В. Основные показатели игровой деятельности мужской сборной команды Украины по гандболу на чемпионате Европы 2000 года / В. Циганок // Олімпійський спорт і спорт для всіх : IV Міжнар. наук. конгрес. – К., 2000. – С. 143.

Анотації

Удосконалення змагальної діяльності в гандболі пов'язане зі зростанням різних сторін підготовленості, зокрема тактичної, що потребує детального вивчення на різних рівнях кваліфікації спортсменів. Мета дослідження – визначити кваліфікаційні відмінності гандболістів на різних етапах системи багаторічної підготовки. Установлено, що для спортсменів на етапі спеціалізованої базової підготовки найбільш характерними й такими що переважають, порівняно зі спортсменами на інших етапах багаторічної підготовки, є «паралельні» групові взаємодії. Для представників на етапі підготовки до вищих досягнень спостерігають достовірне домінування «схресних» групових взаємодій». Однак для спортсменів, котрі демонструють найвищий рівень майстерності (етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей), основними варто визначити «комбіновані» групові взаємодії.

Ключові слова: гандболісти, етапи підготовки, групові взаємодії,

Валерій Мельник, Марьян Питын. Сравнительная характеристика показателей тактических действий в нападении гандболистов на разных этапах системы многолетней подготовки. Совершенствование соревновательной деятельности в гандболе связано с ростом различных сторон подготовленности, в частности и тактической, что требует детального изучения на разных уровнях квалификации спортсменов. Цель исследования – определить квалификационные различия гандболистов на разных этапах системы многолетней подготовки. Установлено, что для спортсменов на этапе специализированной базовой подготовки наиболее характерными и такими, что по сравнению с спортсменами, на других этапах многолетней подготовки являются «параллельные» групповые взаимодействия. Для представителей на этапе подготовки к высшим достижениям наблюдается достоверное доминирование «скрестных» групповых взаимодействий. Однако для спортсменов, которые демонстрируют высокий уровень мастерства (этап максимальной реализации индивидуальных возможностей), основными следует определить «комбинированные» групповые взаимодействия.

Ключевые слова: гандболисты, этапы подготовки, групповые взаимодействия.

Valeriy Melnyk, Maryan Pityn. Comparative Characteristics of Tactical Activities Indicators in Handball Players' Attack at Different Stages of the Long-Term Training System. The improvement of competitive activity in handball is related to the growth of various sides of efficiency including tactical training, which requires a detailed study on different skill levels of sportsmen. The research objective: to determine qualifying differences of handball players at different stages of the long-term training system. It is established that for sportsmen at the stage of specialized basic training a «parallel» group interaction is the most characteristic and prevailing one in comparison with sportsmen in other long-term preparation stages. A significant dominance of a «crossing» group interaction is observed among the members at the stage of preparation for higher achievements. However, it is necessary to determine a «combined» group interaction for the sportsmen who demonstrate the highest level of expertise (the stage of maximum realization of individual potential).

Key words: handball players, stages of training, group interaction.

УДК 796.015.52–053.7

Валентин Олешко

Динаміка обхватних розмірів тіла юних спортсменів в умовах застосування різних режимів тренування в процесі фізичного виховання

Національний університет фізичного виховання і спорту України (м. Київ)

Постановка наукової проблеми та її значення. Система оздоровчих занять силової спрямованості серед юних спортсменів набуває все більшої популярності в процесі фізичного виховання молоді та покращення їх працездатності. Причому більшість молодих атлетів ставлять перед собою завдання значно збільшити об'єми м'язової маси за рахунок широкого використання засобів силової підготовки, що включають як базові, так і формувальні вправи. Причому такі завдання повинні відповідати загальним принципам побудови занять оздоровчого спрямування: поступовому збільшенню оздоровчих навантажень із метою всебічного розвитку м'язової системи; оздоровчому напряму тренувань у поєднанні з виховними заходами; обмеженню великих тренувальних навантажень та забезпеченню високої емоційності оздоровчих занять [2; 3; 5; 6].

Аналіз наукової та науково-методичної літератури [1; 9; 10] свідчить, що в силових видах спорту це питання досить детально розглянуто в професійному бодібілдингу, у якому перед кваліфікованими спортсменами ставиться завдання збільшити об'єми м'язової маси в підготовчому періоді, щоб потім перетворити їх у відповідний рельєф, дефініцію та сепарацію. В оздоровчих тренуваннях юних атлетів, які займаються атлетизмом, ця проблема до кінці ще не найшла розв'язана [3; 6; 7; 8].