

ГУБАР Іван

Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського

<https://orcid.org/0000-0002-3177-715X>e-mail: ivangubar09@gmail.com**СТАВЛЕННЯ ТРЕНЕРІВ-ВИКЛАДАЧІВ ДО ТЕОРЕТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ В ПЛАВАННІ**

В статті представлено результати опитування тренерів-викладачів на предмет встановлення їх ставлення до потреби формування умінь майбутніх тренерів з плавання передавати теоретичні знання спортсменам.

В анкетуванні, взяли участь тренери-викладачі з плавання, загальною кількістю 17 осіб. Серед опитаних 3 тренери вищої категорії, з них 1 заслужений тренер України, 6 осіб – тренери першої категорії, 8 осіб – тренери другої категорії.

Встановлено ставлення тренерів-викладачів до теоретичної підготовки в плаванні.

Аналіз результатів опитування тренерів-викладачів довів існування потреби у формуванні умінь майбутніх тренерів з плавання передавати теоретичні знання спортсменам.

Передбачається розробка і впровадження у навчально-тренувальний процес ДЮСШ нових засобів теоретичної підготовки, які сприятимуть підвищенню рівня теоретичної освіченості юних плавців.

Ключові слова: теоретична підготовка, плавання, тренери-викладачі.

DOI: <http://doi.org/10.31891/pcs.2022.2.2>**1. ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ У ЗАГАЛЬНОМУ ВИГЛЯДІ ТА ЇЇ ЗВ'ЯЗОК ІЗ ВАЖЛИВИМИ НАУКОВИМИ ЧИ ПРАКТИЧНИМИ ЗАВДАННЯМИ**

Одним, з основних завдань, які вирішуються в процесі тренування є надбання теоретичних знань, що необхідні для успішної тренувальної та змагальної діяльності спортсменів [1].

Теоретична підготовка є своєрідною базою для всіх інших сторін підготовки, що має на меті озброєння спортсмена спеціальними знаннями для успішної тренувальної та змагальної діяльності [2, 3, 4].

Доцільність вибору наукової проблематики обґрунтовано на підставі положення про те, що теоретична підготовка в видах спорту повинна відповідати особливостям структури та змісту змагальної діяльності [1].

Разом з тим, специфікацію теоретичної підготовки спортсменів здійснено лише для деяких видів спорту та спортивних дисциплін [5, 6, 7].

2. АНАЛІЗ ОСТАННІХ ДОСЛІДЖЕНЬ ТА ПУБЛІКАЦІЙ

Аналізуючи кожний із напрямів підготовки, фахівці встановили необхідність отримання спеціальних знань із техніки і тактики, з розвитку фізичних якостей, знань

та вмінь управляти своїми психологічними станами під час тренувань та змагань [1, 8].

Розв'язання цих завдань здійснюється в ході теоретичної підготовки, яка є своєрідною базою для всіх інших сторін підготовки та передбачає озброєння спортсмена спеціальними знаннями для успішної тренувальної та змагальної діяльності. Теоретична підготовка охоплює всі аспекти знань: з історії, теорії та методики спорту взагалі і даного виду спорту зокрема, фізіології, психології, соціології, гігієни, біомеханіки фізичних вправ, лікарського контролю, правил організації та суддівства спортивних змагань тощо. Теоретична підготовка здійснюється як на навчально-тренувальних заняттях у вигляді лекцій, бесід, семінарів, доповідей та повідомлень, вивчення кінограм, перегляду відеозаписів, так і під час самостійного опрацювання відповідної літератури [10].

Існує думка, що на ранніх етапах спортивного вдосконалення збільшення кількості занять, на яких здійснюється передача теоретичних знань, сприяє високим спортивним результатам у старшому віці [5, 6]. Водночас, ігнорування теоретичної підготовки призводить до нерозуміння спортсменом суті виконуваних завдань на тренувальних заняттях, яке, у свою чергу, породжує пасивність і призводить до механічного повторення вправ та завдань.

3. ВИДІЛЕННЯ НЕВИРІШЕНИХ РАНІШЕ ЧАСТИН ЗАГАЛЬНОЇ ПРОБЛЕМИ, КОТРИМ ПРИСВЯЧУЄТЬСЯ ОЗНАЧЕНА СТАТТЯ

Незважаючи на проведені дослідження теоретичної підготовки плавців [11, 12], у знайдений нами літературі не виявлено належного науково-методичного обґрунтування структури і змісту теоретичної підготовки у плаванні, а також об'єктивних критеріїв контролю за її рівнем. Водночас не приділено належної уваги питанню формування у майбутніх тренерів з плавання вміння передавати теоретичні знання спортсменам, що і формує проблему даної роботи.

4. ФОРМУЛЮВАННЯ ЦІЛЕЙ СТАТТІ

Метою статті є визначення ставлення тренерів-викладачів до потреби формування умінь майбутніх тренерів з плавання передавати теоретичні знання спортсменам.

5. ВИКЛАД ОСНОВНОГО МАТЕРІАЛУ ДОСЛІДЖЕННЯ З ПОВНИМ ОБґРУНТУВАННЯМ ОТРИМАНИХ НАУКОВИХ РЕЗУЛЬТАТІВ

Результати проведеного анкетування тренерів-викладачів дали можливість виділити найбільш важливі розділи знань та виокремити тематику теоретичної підготовки для етапу початкової підготовки у плаванні.

Так було визначено найбільш важливі розділи знань для етапу початкової підготовки у плаванні.

Отже встановлено, що найбільш доцільними розділами теоретичної підготовки для плавців, що тренуються на початковому етапі підготовки це такі як: «Історія розвитку плавання», «Безпека життєдіяльності та правила поведінки на воді», «Гуманітарні знання у підготовці плавців», «Режим харчування і гігієна плавця», «Зміст спортивної підготовки в плаванні», «Змагальна діяльність у плаванні», «Матеріально-технічне забезпечення підготовки плавців».

Аналізуючи відповіді респондентів на запитання анкети «Чи вивчаєте Ви самостійно інформаційні джерела щодо плавання?» було встановлено, що 47,05% тренерів займаються самостійним опрацюванням теоретичних

джерел, 35,29% роблять це час від часу та 17,66% - не приділяють уваги цьому питанню.

Визначено спільну думку тренерів стосовно розподілу часу на теоретичну підготовку на етапі початкової підготовки. Так, для цього етапу найчастіше обиралися такі варіанти: окреме заняття (52,94 %), 15-20 хв та 30-40 хвилин на тиждень (17,64 %); найменша кількість відповідей була надана за варіант 20-30 хвилин на тиждень. Отже, аналіз результатів опитування тренерів з плавання щодо розподілу часу з теоретичної підготовки на етапі початкової підготовки довів, що більше половини респондентів віддають перевагу окремому заняттю.

Стосовно періодичності проведення занять з теоретичної підготовки плавців на етапі початкової підготовки 70,58% думок тренерів підтверджують перевагу періодичність занять теоретичною підготовкою один раз на тиждень, значно менша частина опитаних вбачають доцільним проведення занять два-три рази на тиждень, ще менший відсоток опитаних (5,80%) – чотири рази на тиждень.

Думки тренерів щодо значущості джерел інформації були неоднозначними і орієнтовані на підтримку здебільшого комп'ютерних ігор, враховуючи вік спортсменів. На етапі початкової підготовки пріоритетність розподілу джерел інформації була такою за результатами відповідей тренерів: сучасні наукові періодичні видання – $2,05 \pm 0,21$ бала, спеціалізовані вебінари та семінари – $2,29 \pm 0,20$ бала, книги – $3,11 \pm 0,18$ бала; пошукові сервіси та інтернет - $3,23 \pm 0,26$ бала; телевізійні програми – $2,05 \pm 0,21$ бала; навчально-освітні програми (у тому числі доступні в мережі інтернет) – $2,41 \pm 0,19$ бала; відкриті лекції – $1,70 \pm 0,18$ бала; ігри комп'ютерні – $4,41 \pm 0,17$ бала; ігри настільні – $3,58 \pm 0,27$ бала; родина – $3,05 \pm 0,20$ бала; тренер – $3,82 \pm 0,23$ бала; друзі - $3,17 \pm 0,21$ бала.

Встановлено, що найбільш затребуваними джерелами інформації з теоретичної підготовки в плаванні більшість тренерів вважають комп'ютерні ігри, пошукові сервіси мережі Інтернет, книги та розповідь тренера.

Щодо значущості методів теоретичної підготовки з плавання на етапі початкової підготовки, то метод «Самоосвіта» в більшості випадків (94,11%) був оцінений респондентами в «один» бал, незначна частка

тренерів (5,88%) – в «два» бали; «Наочні» методи є майже неефективними і були оцінені 47,05% тренерів в «два» бали як і методи «Інформаційного пошуку».

Стосовно застосування «ігрового методу», то значна частка спільних думок фахівців (64,7%) вказують на його значущість, тобто віддано перевагу оцінці в «п'ять» балів, 29,41 % – оцінці в «чотири» бали, 5,88% – в «три» бали, а «змагального» – відповідно 52,94%, 29,41% та 5,88%.

У результаті оцінки відповідей тренерів щодо їх бажання отримувати нові теоретичні знання з плавання показали, що переважна більшість тренерів (76,47%) виявили бажання отримувати нові знання, 17,64% – бажають цього час від часу і лише 5,80% – не виявили бажання отримувати нові знання.

6. ВИСНОВКИ З ДАНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ І ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ РОЗВІДОК У ДАНОМУ НАПРЯМКУ

Таким чином, аналіз результатів опитування тренерів-викладачів довів існування потреби у формуванні умінь майбутніх тренерів з циклічних видів спорту передавати теоретичні знання спортсменам.

В результаті вивчення думок тренерів-викладачів стосовно того, які розділи знань є найбільш важливими у теоретичній підготовці плавців на етапі початкової підготовки. Це такі розділи знань як: «Історія розвитку плавання», «Безпека життєдіяльності та правила поведінки на

воді», «Гуманітарні знання у підготовці плавців», «Режим харчування і гігієна плавця», «Зміст спортивної підготовки в плаванні», «Змагальна діяльність у плаванні», «Матеріально-технічне забезпечення підготовки плавців».

Встановлено, що 47,05% тренерів самостійно опрацьовують джерела інформації з теоретичної підготовки плавців, 35,29% роблять це час від часу та 17,66% - не приділяють уваги цьому питанню.

Стосовно розподілу часу з теоретичної підготовки на етапі початкової підготовки, більшість респондентів (52,94 %) віддають перевагу окремому тренувальному заняттю. При цьому, найефективнішою періодичністю вважається проведення занять з теоретичної підготовки один раз на тиждень.

Встановлено, що найбільш затребуваними джерелами інформації з теоретичної підготовки в плаванні більшість тренерів вважають комп'ютерні ігри, пошукові сервіси мережі Інтернет, книги та розповідь тренера.

Щодо значущості методів теоретичної підготовки з плавання на етапі початкової підготовки, то найефективнішим на думку тренерів-викладачів є застосування ігрового (64,7%) та змагального (52,94%) методів.

Передбачається розробка і впровадження у навчально-тренувальний процес ДЮСШ нових засобів теоретичної підготовки, які сприятимуть підвищенню рівня теоретичної освіченості юних плавців.

Література

1. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник [для тренеров]: в 2 кн. / В.Н. Платонов. – К.: Олимп.лит. – Кн. 1., 2015. – 680 с.
2. Пітин М.П. Теоретична підготовка в спорті: монографія. Львів: ЛДУФК. 2015, 372 с.
3. Богуславська В. Пріоритетність засобів теоретичної підготовки в циклічних видах спорту (на матеріалі опитування тренерів-викладачів). Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць. 2017. Вип. 4 (23). С. 9-13.
4. Briskin Yu., Pityn M., Zadorozhna O., Smyrnovskyy S., Semeryak Z. Technical devices of improvement the technical, tactical and theoretical training of fencers. Journal of Physical Education and Sport. 2014. Vol. 3. P. 337–341. DOI:10.7752/jpes.2014.03051
5. Pityn M, Briskin Yu, Zadorozhna O. Features of theoretical training in combative sports. Journal of Physical Education and Sport. 2013;13 (2):195-8.
6. Pityn M, Bohuslavskaya V, Khimenes Kh, Neroda N, Edeliyev O. Paradigm of theoretical preparation in sports. Journal of Physical Education and Sport (JPES), 2019. Vol. 19 (6). P. 2246-2251. DOI:10.7752/jpes.2019.s6338
7. Torrents C, Balagué N. Dynamic systems theory and sports training. Education. Physical Training. Sport. 2006. No. 13.
8. Платонов В.Н. Спортивное плавание: путь к успеху: в 2-х книгах / под общей редакцией В. Н. Платонова. Киев: Олимпийская литература, 2012. 544 с.
9. Фурман Ю.М., Бойко М.О., Грузевич І.В., Слободянюк М.Л. Удосконалення швидкісних якостей плавців 13–14 років шляхом підвищення ефективності креатинфосфатного механізму енергозабезпечення м'язової

роботи. Спортивна медицина, фізична терапія та ерготерапія. 2021. Вип. 2. С. 41-47. DOI: <https://doi.org/10.32652/spmed.2021.2.41-47>

10. Сахновський КП. Плавання. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності. Київ: Молодь; 1995. 93 с.

11. Тищенко В, Коваленко Ю, Лісенчук Г. Проблеми теоретичної підготовки в циклічних видах спорту (на прикладі плавання). Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2019;2:25-30. DOI:10.32652/tmfvs.2019.2.25-30.

12. Богуславська В. Ю. Зміст теоретичної підготовки спортсменів у плаванні / В. Ю.Богуславська // Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. праць. Випуск 2. – ВДПУ, ЖДУ – Житомир: ФОП Євенок О.О., 2016. – С. 119-123.

References

1. Platonov V.N. Systema podhotovky sportsmenov v olymпыiskom sporte. Obshchaia teoriia y ee prakticheskye prylozheniia: uchebnyk [dlia trenerov]: v 2 kn./V.N. Platonov. – K.: Olymp.lyt. – Kn. 1., 2015. – 680 s.

2. Pityn M.P. Teoretychna pidhotovka v sporti: monohrafiia. Lviv: LDUFK. 2015, 372 s.

3. Bohuslavsk V. Priorytetnist zasobiv teoretychnoi pidhotovky v tsyklichnykh vydakh sportu (na materialii opytuvannia treneriv-vykkladachiv). Fizychna kultura, sport ta zdorovia natsii: zbirnyk naukovykh prats. 2017. Vyp. 4 (23). S. 9-13.

4. Briskin Yu., Pityn M., Zadorozhna O., Smyrnovskyy S., Semeryak Z. Technical devices of improvement the technical, tactical and theoretical training of fencers. Journal of Physical Education and Sport. 2014. Vol. 3. R. 337-341. DOI:10.7752/jpes.2014.03051

5. Pityn M, Briskin Yu, Zadorozhna O. Features of theoretical training in combative sports. Journal of Physical Education and Sport. 2013;13 (2):195-8.

6. Pityn M, Bohuslavsk V, Khimenes Kh, Neroda N, Edeliiev O. Paradigm of theoretical preparation in sports. Journal of Physical Education and Sport (JPES), 2019. Vol. 19 (6). R. 2246-2251. DOI:10.7752/jpes.2019.s6338

7. Torrents C, Balagué N. Dynamic systems theory and sports training. Education. Physical Training. Sport. 2006. No. 13.

8. Platonov V.N. Sportyvnoe plavanye: put k uspekhu: v 2-kh knyakh / pod obshchei redaktsiei V. N. Platonova. Kyev: Olymпыiskaia lyteratura, 2012. 544 s.

9. Furman Yu.M., Boiko M.O., Hruzevych I.V., Slobodianiuk M.L. Udoshkonalennia shvydkisnykh yakosti plavtsiv 13–14 rokiv shliakhom pidvyshchennia efektyvnosti kreatynfosfatnoho mekhanizmu enerhozabezpechennia miazovoi roboty. Sportyvna medytsyna, fizychna terapiia ta erhoterapiia. 2021. Vyp. 2. С. 41-47. DOI: <https://doi.org/10.32652/spmed.2021.2.41-47>

10. Sakhnovskiy KP. Plavannia. Navchalna prohrama dlia dytiachy-yunatskykh sportyvnykh shkil, spetsializovanykh dytiachy-yunatskykh shkil olimpiiskoho rezervu, shkil vyshchoi sportyvnoi maisternosti. Kyiv: Molod; 1995. 93 s.

11. Tyshchenko V, Kovalenko Yu, Lisenchuk H. Problemy teoretychnoi pidhotovky v tsyklichnykh vydakh sportu (na prykladi plavannia). Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu. 2019;2:25-30. DOI:10.32652/tmfvs.2019.2.25-30.

12. Bohuslavsk V. Yu. Zmist teoretychnoi pidhotovky sportsmeniv u plavanni / V. Yu.Bohuslavsk // Fizychna kultura, sport ta zdorovia natsii: zb. nauk. prats. Vypusk 2. – VDPU, ZhDU – Zhytomyr: FOP Yevenok O.O., 2016. – S. 119-123.

Abstract GUBAR Ivan

ATTITUDE OF COACHES-TEACHERS TO THEORETICAL TRAINING IN SWIMMING

The article presents the results of a survey of teaching coaches to determine their attitude to the need to develop the ability of future swimming coaches to transfer theoretical knowledge to athletes.

The survey was attended by swimming coaches and teachers, a total of 17 people. Among the interviewees were 3 coaches of the highest category, 1 of them is an honored coach of Ukraine, 6 people are coaches of the first category, 8 people are coaches of the second category.

The guidance of trainers-teachers for theoretical training in swimming has been established.

Analysis of the results of a survey of trainers-teachers for the creation of coaching needs in the formation of the ability of future swimming athletes to transfer theoretical knowledge to athletes.

It is planned to develop and introduce new means of theoretical training into the educational and training process of the Youth Sports Academy, which contribute to increasing the level of theoretical education of young swimmers.

Keywords: theoretical training, swimming, trainers-teachers.

Стаття надійшла до редакції 11.10.2022 р.

Бібліографічний опис статті:

Губар Іван Ставлення тренерів-викладачів до теоретичної підготовки в плаванні. *Physical Culture and Sport: Scientific Perspective*. 2022. № 2. С. 16-19.

Gubar I. (2022) Attitude of coaches-teachers to theoretical training in swimming. *Physical Culture and Sport: Scientific Perspective*, № 2, pp. 16-19.