

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

**ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ СПОРТИВНЫХ ИГР И
ЕДИНОБОРСТВ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ**

збірник статей XV міжнародної наукової конференції

8–9 лютого 2019 р.

І том

ЄДИНОБОРСТВА

Харків
Харківська державна академія фізичної культури
2019

БК 75.0+75.1
УДК 796.072.2

(2019). *Проблемы и перспективы развития спортивных игр и единоборств в высших учебных заведениях. Збірник статей XV міжнародної наукової конференції 8–9 лютого 2019 р., Т 1, Харків.*
(Укр., рус., польск.)

Видання Харківської державної академії фізичної культури
кафедри спортивних і рухливихх ігор та кафедри одноборств

Головний редактор:

Бойченко Н.В., кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, Харківська державна академія фізичної культури (м. Харків, Україна)

Члени редакційної колегії:

Алексєєв А.Ф., проф., Харківська державна академія фізичної культури (м. Харків, Україна)

Пашков І.М., кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, Харківська державна академія фізичної культури (м. Харків, Україна)

Помещикова І.П., кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, Харківська державна академія фізичної культури (м. Харків, Україна)

Тропін Ю.М., кандидат наук з фізичного виховання і спорту, Харківська державна академія фізичної культури (м. Харків, Україна)

Область і проблематика: У збірнику представлені статті з проблем організації навчально-тренувального процесу в закладах вищої освіти, ДЮСШ; вдосконалення підготовки спортсменів в сучасних умовах; стану фізичної, техніко-тактичної та психологічної підготовленості спортсменів; ефективності змагальних показників; організації патріотичного виховання молоді України в процесі занять единоборствами; вдосконалення процесу фізичного виховання студентів з використанням единоборств.

Для аспірантів, докторантів, магістрів, тренерів, спортсменів, викладачів навчальних закладів, вчителів середніх шкіл.

Друкується в авторській редакції

Матеріали включено до бази даних: **Google Scholar**

Адреса редакції: вул. Клочківська, 99, каб. 203, м. Харків, 61168, Україна.

Телефон: +380987747875 **E-mail:** natalya-meg@ukr.net

Електронна версія розміщена на сайті:

<http://www.sportsscience.org>

ЗМІСТ

ПРОБЛЕМИ ЄДИНОБОРСТВ

Ашанін В.С., Пятисоцька С.С. Дослідження фізичної та технічної підготовленості юних каратистів під впливом індивідуальної методики тренування.....	5-11
Бойченко Н.В. Розвиток та вдосконалення координаційних здібностей в дзюдо	12-16
Годлевський П.М., Саратовський О.В. Перспективи розвитку виду єдиноборств «Рукопашний бій» в Херсонській державній морській академії.....	17-21
Голоха В.Л., Картавий Д.Д. Особливості технічної підготовки в спортивній боротьбі	22-25
Джим В.Ю. Перспективна програма тренувальних навантажень для студентів перших курсів закладів вищої освіти, які займаються у секціях з армспорту	26-31
Камаєв О.І., Тропін Ю.М., Арнаут В.Ю. Біомеханічний аналіз виконання технічних дій у спортивній боротьбі.....	32-35
Клименченко В.Г., Близнюк С.С. Методика и критерии оценки симметричного фізического розвитку починаючих фехтовальщиків.....	36-39
Литвиненко А.М. Дихальні вправи в фізичному вихованні студентів-єдиноборців... ..	40-42
Мазуренко І.О., Камаєв О.І., Безкоровайний Д.О. Використання інноваційного спеціалізованого обладнання для підготовки висококваліфікованих армспортсменів	43-47
Марандян К.Н., Бойченко Н.В. Вдосконалення швидкісно-силових здібностей дзюдоїстів 15-16 років	48-51
Пашков І. М. Фізіологічні основи прояву витривалості в єдиноборствах.....	52-54
Пономарьов В.О., Меленті Є.О. Практична доцільність проведення змагань з рукопашного бою у різних форматах контакту.....	55-57
Чоботько М.А. Бойове дзюдо, як засіб спеціальної підготовки студентів правоохоронної діяльності	58-60
Шандригось В.І. Навчальна дисципліна «Спортивна боротьба» у підготовці магістрів з фізичної культури і спорту	61-65
Ваїс М., Тропін Ю.М., Сичова Л.В. Особливості змагальної діяльності в спортивній боротьбі.....	66-70
Boychenko N. Application of the gaming method in martial arts	71-74

ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ

Джим Є.С., Худякова В.Б. Особливості навчально-тренувального процесу пауерліфтерів 15–17 років в підготовчому періоді річного циклу підготовки	76-79
Долгова Д.О. Особливості тренувального процесу спортсменок боді-фітнесу під час підготовки до змагань з використанням функціонального тренування	80-83
Канунова Л.В. Система відбору гирьовичок до складу національних збірних команд України з урахуванням специфіки підготовки висококваліфікованих спортсменок	84-87
Латенко С.Б., Пеценко Н.І. Використання дихальних тренажерів з метою підвищення толерантності організму спортсменів до гіпоксії	88-94
Лутовинов Ю.А., Мартын В.Д., Лысенко В.Н. Показатели объема тренировочной нагрузки по группам упражнений юных тяжелоатлетов в микроциклах подготовительного периода годичного макроцикла	95-100
Тихорський О.А. Використання методичного прийому «Дроп-сет» кваліфікованими бодібілдерами Харківщини у базовому мезоциклі... ..	101-104

Навчальна дисципліна «Спортивна боротьба» у підготовці магістрів з фізичної культури і спорту

Шандригось В.І.

Тернопільський національний педагогічний університет ім. В. Гнатюка

Анотація. В статті розкрито структуру та зміст навчальної дисципліни «Спортивна боротьба» для магістерського рівня підготовки з спеціальності 017 Фізична культура і спорт в Тернопільському національному педагогічному університеті імені В. Гнатюка. Окреслено перспективи впровадження даної дисципліни.

Ключові слова: магістр, спортивна боротьба, фізична культура і спорт, навчальна дисципліна, змістовний модуль.

Вступ. Система підготовки фахівців з фізичної культури і спорту на рівні магістра повинна здійснюватися до сучасних вимог держаного рівня. Магістратура є другим рівнем вищої освіти, де на перший план виходить технологія: навчання фізкультурно-спортивним видам, спортивного тренування, підготовки спортсменів, засвоєння професійних умінь проведення академічних занять з спортивно-педагогічних дисциплін, тренувальних занять, спортивних змагань, планування і контролю. Поряд з навичками проведення практичних і теоретичних занять відбувається засвоєння умінь науково-дослідної роботи. Акцент робиться на особливостях роботи у ЗВО (Ананченко, Єрмаков, & Бойченко, 2016). Вище зазначене дозволяє забезпечити досягнення мети системи вищої освіти – підготовки професіоналів для роботи у галузі фізичної культури і спорту (Бойченко, 2017; Костюкевич, Шинкарук, Воронова, & Борисова, 2017; Савченко, & Долбишева, 2011; Черненко, & Бойченко, 2017).

На сьогодні у вітчизняній науці обмежена кількість досліджень, що пов'язані з вивченням досвіду професійної підготовки магістрів з фізичної культури і спорту. Однак, необхідно зазначити, що у наукових працях представлені питання щодо структури та змісту навчальних дисциплін: «Професійна майстерність тренера» (Бріскін, Передерій, & Пітин, 2010); «Загальні основи неолімпійського спорту» (Савченко, & Долбишева, 2011); практика-стажування магістрів (Матвеев, & Крапивницкая, 2011), «Професійний спорт» (Борисова, & Матвеев, 2012); «Моделювання і прогнозування у спорті» (Шандригось, & Шандригось, 2018а); науково-педагогічної практики (Шандригось, & Шандригось, 2018б).

Тому, актуальність даного дослідження пов'язана з переглядом системи підготовки та перепідготовки даних фахівців відповідно до впровадження в навчальний процес ТНПУ імені В. Гнатюка дисципліни «Спортивна боротьба» і розробки відповідного навчально-методичного забезпечення, що, в свою

чергу, підвищить рівень інтелектуальності, теоретичної освіченості та адаптованості до сучасних вимог індустрії спорту майбутніх фахівців сфери фізичної культури і спорту.

Мета дослідження – дослідити науково-методичне підґрунтя запровадження навчальної дисципліни «Спортивна боротьба», її структуру та зміст.

Методи дослідження: метод системного аналізу; метод аналізу та узагальнення документальних матеріалів; метод первинного вітчизняного досвіду; метод порівняння та абстрагування.

Результати дослідження та їх обговорення. Запровадження дисципліни «Спортивна боротьба» у навчальний процес Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка (ТНПУ) здійснюється на підставі рішення Вченої ради, протокол № 9 від 28 березня 2017 р. Дана дисципліна входить до циклу професійної підготовки освітньої програми і її впровадження обумовлюється сучасними вимогами до фахівця галузі фізичної культури і спорту.

Програма вивчення навчальної дисципліни «Спортивна боротьба» складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки магістра спеціальності 017 Фізична культура і спорт (Шандригось, 2018).

Програма навчальної дисципліни складається з таких змістових модулів:

1. Теоретико-методичні основи спортивної боротьби.
2. Основи техніки і методики навчання спортивної боротьби.

Метою викладання навчальної дисципліни «Спортивна боротьба» є забезпечення теоретичних знань і професійно-педагогічних навичок, необхідних для викладання спортивної боротьби у навчальних закладах.

Основними завданнями вивчення дисципліни «Спортивна боротьба» є:

- засвоєння теоретичного курсу, що включає: історичні відомості з розвитку боротьби; аналіз видів спортивної боротьби; техніку безпеки і правила поведінки учнів на заняттях зі спортивної боротьби; місця занять, обладнання та інвентар; попередження перенапружень, травм і захворювань під час занять боротьбою; основні терміни, поняття боротьби, класифікацію видів боротьби; навчання основам техніки спортивної боротьби;

- оволодіння основними вправами і положеннями борця; простими формами боротьби; іграми на заняттях зі спортивної боротьби, основними елементами технічних дій у партері та стійці; методикою виявлення та виправлення помилок при виконанні вправ і технічних дій; страхуванням і допомогою при виконанні спеціальних вправ і прийомів; правилами змагань з боротьби, елементами суддівства;

- самостійне вивчення програмного матеріалу за рекомендованою літературою та інформаційними ресурсами, виконання домашніх завдань; участь в організації і проведенні змагань у ЗВО;

- виховання зацікавленості до систематичних занять фізичною культурою і спортом через заняття спортивними видами боротьби.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми магістранти повинні знати: історичні відомості з розвитку боротьби; техніку безпеки і правила поведінки учнів на заняттях зі спортивної боротьби; основні терміни, поняття боротьби, класифікацію видів боротьби; місця занять, обладнання та інвентар; попередження перенапружень, травм і захворювань під час занять боротьбою; особливості навчання основам техніки спортивної боротьби.

Уміти: виконувати основні вправи і положення борця; прості форми боротьби; ігри на заняттях зі спортивної боротьби, основні елементи технічних дій у партері та стійці; володіти методикою виявлення та виправлення помилок при виконанні вправ і технічних дій; страхуванням, самострахуванням і допомогою при виконанні спеціальних вправ і прийомів; правилами змагань з боротьби, елементами суддівства.

Курс «Спортивна боротьба» є вибірковою навчальною дисципліною і представлений у циклі професійної підготовки ОПП. На вивчення навчальної дисципліни відводиться 90 години, 3 кредити ECTS. Підсумкова атестація здійснюється у формі заліку. Програма занять включає лекційний курс, практичні заняття, самостійну роботу. Формування знань з навчальної дисципліни «Спортивна боротьба» повинно здійснювати на підставі міжпредметних зав'язків та накопичених знань отриманих магістрантом раніше.

Відповідно до першого модуля «Теоретико-методичні основи спортивної боротьби» магістрантам необхідно опанувати питання, що пов'язані з: історією розвитку боротьби; еволюцією правил спортивної боротьби; основними поняттями спортивної боротьби; термінологією, класифікацією і систематикою видів спортивної боротьби; організацією і змістом занять з спортивної боротьби.

Другий змістовний модуль «Основи техніки і методики навчання спортивної боротьби» обумовлюється формуванням системи знань і вмінь з: основ техніки і методики навчання; ігор на заняттях зі спортивної боротьби; організації і проведення змагань; правил змагань і практики суддівства.

У процесі опанування програми дисципліни «Спортивна боротьба» у магістра з фізичної культури і спорту формується обсяг знань та вмінь щодо вирішення певних професійних завдань з урахуванням загальнокультурних і професійних компетенцій, що розкриті у освітній програмі підготовки магістра з спеціальності 017 Фізична культура і спорт.

Висновки.

1. Відповідно до сучасних вимог індустрії спорту виникає необхідність в удосконаленні системи підготовки фахівців зі спорту, тому актуальність полягає у впровадженні дисципліни «Спортивна боротьба» у навчальний процес ЗВО.

2. Перспектива впровадження дисципліни «Спортивна боротьба» обумовлюється необхідністю та систематизацією формування знань та підвищенню вимог до магістра з фізичної культури і спорту. Опанування

знаннями і вміннями з спортивної боротьби, на рівні з іншими фаховими дисциплінами, дозволить майбутньому фахівцю зі спорту бути більш освіченим у теоретичному плані та адаптованим до практичної діяльності відповідного до сучасного розвитку суспільства.

Перспективами подальших досліджень є розробка електронного комплексу навчально-методичного забезпечення з дисципліни «Спортивна боротьба», впровадження його в навчальний процес підготовки магістрів, визначення його ефективності щодо формування освіченого фахівця з фізичної культури і спорту.

Література:

Ананченко, К. В., Єрмаков, С. С., & Бойченко, Н. В. (2016). «Загальний курс Бойові мистецтва у ВНЗ при підготовці фахівців з фізичної культури і спорту». *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт*, (139 (1)), 275-279.

Бойченко, Н. В. (2017). «Оздоровчий вплив засобів східних єдиноборств на організм студенток ВНЗ». *Єдиноборства*, 26-30.

Борисова, О. В. & Матвеев, С. Ф. (2012). «Проблемы и пути их решения на примере учебной дисциплины «Профессиональный спорт»». *Матер. междунар. науч.-практ. конф. по проблемам физической культуры и спорта государств-участников СНГ*, Ч. 2, 272-275.

Бріскін, Ю., Передерій, А., & Пітин, М. (2010). Удосконалення структури та змісту навчальної дисципліни «Професійна майстерність тренера». *Фізична активність, здоров'я і спорт*, № 1, 74-79.

Костюкевич, В. М., Шинкарук, О. А., Воронова, В. І., & Борисова, О. В. (2017). *Основи науково-дослідної роботи здобувачів вищої освіти за ступенями магістра та доктора філософії (спеціальність: 017 Фізична культура і спорт): навчальний посібник*. КНТ, Київ.

Матвеев, С. Ф. & Крапивницкая, Т. А. (2011). «Структура стажировки магистров в Национальном университете физического воспитания и спорта Украины». *Материалы международного конгресса «Спорт для всех»*, 90-93.

Савченко, В. Г., & Долбишева, Н. Г. (2011). *Професійна діяльність магістрів з олімпійського спорту*. Дніпропетровськ.

Черненко, В. А., & Бойченко, Н. В. (2017). «Самозащита как предмет изучения в ВУЗах Украины». *Єдиноборства*, 64-67.

Шандригось, В. І. (2018). «Спортивна боротьба». *Програма навчальної дисципліни підготовки магістра спеціальності 017 Фізична культура і спорт*. ТНПУ ім. В. Гнатюка, Тернопіль.

Шандригось, В. І., & Шандригось, Г. А. (2018а). «Навчальна дисципліна «Моделювання і прогнозування в спорті» у підготовці магістрів зі спорту». *Стратегічне управління розвитком фізичної культури і спорту*, 118-122.

Шандригось, В. І., & Шандригось, Г. А. (2018б). «Науково-педагогічна практика у підготовці магістрів з фізичної культури і спорту». *Фізична культура, спорт і здоров'я: стан, проблеми та перспективи*, 148-150.

Відомості про автора:

Шандригось Віктор Іванович –

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, майстер спорту

України з вільної боротьби

<http://orcid.org/0000-0002-1511-4559>

E-mail: shandrygos.v@gmail.com

Тернопільський національний педагогічний університет ім. В. Гнатюка

Надійшла до редакції 10.01.2019 р.