

Міністерство освіти і науки України
Національний університет фізичного виховання і спорту України

КОЗАК АНТОН МИХАЙЛОВИЧ

УДК 796.342.015.31+796.012.2.-053.4

**КОНТРОЛЬ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ТЕНІСІСТІВ
5–6 РОКІВ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ**

24.00.01– олімпійський та професійний спорт

Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата наук
з фізичного виховання та спорту

Київ – 2016

Дисертацією є рукопис

Роботу виконано у Національному університеті фізичного виховання і спорту України, Міністерство освіти і науки України

Науковий керівник кандидат педагогічних наук, доцент **Ібраїмова Марина Василівна**

Офіційні опоненти:

доктор наук з фізичного виховання та спорту, доцент **Дорошенко Едуард Юрійович**, Запорізький національний університет, завідувач кафедри фізичного виховання;

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент **Ханюкова Ольга Вікторівна**, Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту, доцент кафедри спортивних ігор

Захист відбудеться 15 червня 2016 р. о 12.30 на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 26.829.01 Національного університету фізичного виховання і спорту України (03680, Київ–150, вул. Фізкультури, 1).

З дисертацією можна ознайомитися у бібліотеці Національного університету фізичного виховання і спорту України (03680, Київ–150, вул. Фізкультури, 1).

Автореферат розісланий «14» травня 2016 р.

Учений секретар
спеціалізованої вченої ради



В. І. Воронова

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність теми. Починаючи з дошкільного віку, у дітей активно розвивається рухова функція (С.Ю. Давидов, 2005; Е.С. Вільчковський, 2008; А.Ю. Журавльова, 2008), більшість видів координаційних здібностей мають сенситивні періоди розвитку в молодшому шкільному віці (Л.В. Волков, 2002; В.П. Назаров, 2009), саме тому особлива увага їх розвитку та контролю має приділятися на етапі початкової підготовки (Л.П. Сергієнко, 2001; В.М. Платонов, 2004; О.В. Ханюкова, 2013).

Дослідники відзначають складну структуру координаційних здібностей, що вказує на доцільність виділення оптимальної їх класифікації, застосування різних тестів для контролю рівня прояву кожного їх виду (D.D. Blume, 1984; P. Hirtz, 1994; В.Й. Лях, 2006; В.М. Платонов, 2013; P. Farrel, 2015).

Різноманітність одиниць вимірювання результатів тестів, які можуть застосовуватися для контролю різних видів координаційних здібностей, зумовлює необхідність пошуку нових підходів до комплексного їх оцінювання.

Дослідження з контролю рівня розвитку координаційних здібностей тенісистів, зокрема дошкільного віку, спеціалістами у галузі спорту раніше не проводилися: не розроблялися інформативні специфічні тести, які враховують особливості гри у теніс та рухові можливості тенісистів 5–6 років, не використовувалися спеціальні методики для оптимізації оцінювання результатів тестів гравців даного віку, не визначалися орієнтовні показники різних видів координаційних здібностей юних спортсменів, що обумовило актуальність наукових досліджень.

Для контролю рівня прояву координаційних здібностей тенісистів 5–6 років мають використовуватися спеціально підібрані рухові тести, адаптовані до їх вікових можливостей та логічно пов'язані з тими руховими діями, які виконуються безпосередньо під час гри у теніс. При недостатній кількості таких тестів доцільною є розробка та використання власних тестів за умови доведення їх логічної та емпіричної інформативності (М.О. Годик, А.П. Скородумова, 2010; Е.Ю. Дорошенко, 2012; М.В. Ібраїмова, 2012; R. Gonzalez, 2012).

Удосконалена технологія контролю та оцінювання сприятиме об'єктивному визначенню рівня розвитку координаційних здібностей у юних тенісистів, допоможе розробити профілеграми для наочного представлення динаміки їх показників протягом року, що дозволить тренерам ефективно визначати співвідношення обсягів завдань, спрямованих на розвиток окремих видів цих здібностей у різних учнів або групи в цілому, планувати відповідні координаційні навантаження. Визначення орієнтовних показників рівня прояву кожної координаційної здібності тенісистів 5 та 6 років за результатами кожного тесту у певній групі на етапі початкової підготовки допоможе тренерам розподілити завдання для різних дітей за складністю виконання.

Зв'язок роботи з науковими планами, темами. Тема дисертаційної роботи відповідає тематиці «Зведеного плану НДР у сфері фізичної культури і спорту України на 2011–2015 рр.» Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту за темою 2.34. «Технологія відбору та орієнтації спортсменів-початківців у різних видах спорту» (номер держ. реєстрації 0111U001715).

Внесок дисертанта як співвиконавця при розробці даної теми полягає у формуванні мети та завдань дослідження, обґрунтуванні, вдосконаленні та апробації технології комплексного контролю та оцінювання координаційних здібностей тенісистів 5–6 років, розробці батареї інформативних тестів, проведенні експериментальних досліджень, математико-статистичній обробці даних, аналізі та обґрунтуванні отриманих результатів, розробці практичних рекомендацій щодо здійснення контролю рівня координаційної підготовленості юних гравців протягом навчального року.

Мета дослідження – науково обґрунтувати, вдосконалити та апробувати технологію комплексного контролю та оцінювання рівня прояву координаційних здібностей тенісистів 5–6 років.

Завдання дослідження:

1. Вивчити та проаналізувати сучасний етап початкової підготовки юних тенісистів, особливості розвитку системи управління рухами дітей дошкільного віку, класифікації координаційних здібностей, значущість окремих їх видів для гри у теніс, а також особливості їх контролю у тенісистів 5–6 років на підставі огляду науково-методичної літератури та анкетування тренерів.

2. Розробити та обґрунтувати батарею тестів для визначення рівня прояву координаційних здібностей тенісистів 5–6 років.

3. Апробувати технологію комплексного контролю та оцінювання рівня прояву координаційних здібностей тенісистів 5 та 6 років на етапі початкової підготовки.

4. Розробити орієнтовні показники рівня прояву координаційних здібностей тенісистів і тенісисток 5 та 6 років.

Об'єкт дослідження – педагогічний контроль координаційної підготовленості тенісистів на етапі початкової підготовки.

Предмет дослідження – комплекс показників, які характеризують рівень прояву координаційних здібностей юних тенісистів.

Методи дослідження. Для досягнення мети та реалізації завдань дослідження використовувався комплекс методів, зокрема: *теоретичні* – методи аналізу, синтезу, порівняння, метод узагальнення, формулювання підсумків та висновків; *емпіричні* – анкетування, констатувальний педагогічний експеримент, педагогічне спостереження, педагогічне тестування для визначення рівня прояву координаційних здібностей тенісистів 5–6 років, методи математичної статистики для опрацювання результатів експериментальної роботи.

Наукова новизна отриманих результатів дослідження полягає у тому, що:

- вперше запропоновано технологію комплексного контролю та оцінювання рівня прояву координаційних здібностей тенісистів 5 та 6 років, яка враховує структуру цих здібностей і дозволяє вимірювати рівень прояву кожного їх виду, доповнюючи руховими тестами комплекси вправ, які спрямовані на розвиток координаційних здібностей, на кожному тренувальному занятті протягом місячного циклу, враховує необхідність відповідності контрольних випробувань віковим можливостям тенісистів даного віку;

- вперше сформовано та обґрунтовано батарею інформативних, надійних, специфічних, адаптованих до віку тенісистів 5–6 років тестів, які дозволяють комплексно визначити рівень їх координаційної підготовленості;

- вперше на підставі запропонованих тестів здійснено комплексне оцінювання рівня прояву координаційних здібностей тенісистів 5–6 років, розроблені диференційовані оціночні шкали та орієнтовні показники рівня прояву координаційних здібностей тенісистів 5 та 6 років, розроблено профілеграми (на прикладі одної тенісистки 6 років) для наочного представлення стану та динаміки показників досліджуваних здібностей дітей;

- підтверджено значущість комплексного контролю координаційних здібностей юних спортсменів (на прикладі тенісистів 5–6 років);

- доповнено дані щодо рівня значущості різних видів координаційних здібностей для навчання юних спортсменів елементам техніки гри у теніс.

Практична значущість дисертаційної роботи полягає у розробці та використанні технології комплексного контролю та оцінювання, яка дозволяє ефективно виявити рівень прояву координаційних здібностей тенісистів 5–6 років. Запропоновані педагогічні тести можуть використовуватися практиками фізичного виховання та спорту, які працюють з дітьми даного віку, для перевірки вихідного рівня прояву координаційних здібностей, як інструмент відбору та орієнтації дітей у групі за рівнем їх координаційної підготовленості, а також для визначення динаміки показників протягом навчального року з метою своєчасного внесення корекцій у тренувальний процес. Розроблені оцінки й орієнтовні показники допоможуть здійснювати диференційований підхід до розвитку координаційних здібностей тенісистів 5–6 років у тренувальному процесі на етапі початкової підготовки.

Результати дослідження впроваджено у навчальний процес Національного університету фізичного виховання і спорту України при підготовці студентів зі спеціальності «Тренер-викладач з тенісу», а також у навчально-тренувальний процес ДЮСШ-1 м. Києва, «Українського тенісного центру» с. Святопетрівське.

Особистий внесок здобувача в опублікованих у співавторстві наукових працях полягає у визначенні актуальності теми, формуванні наукової ідеї, постановці цілей та завдань дослідження, організації та проведенні теоретичної та експериментальної роботи, математичній обробці, аналізі, систематизації, описі та обговоренні отриманих результатів, формулюванні висновків та практичних рекомендацій. Було сформовано та науково обґрунтовано технологію комплексного контролю та оцінювання координаційних здібностей юних тенісистів на початковому етапі занять.

Апробація результатів дисертації. Основні положення дисертаційної роботи викладено на Міжнародній науковій конференції «Фізична культура і здоров'я людини: історія, сьогодення, майбутнє» (Київ, 2012), XVIII Міжнародному науковому конгресі «Олімпійський спорт і спорт для всіх» (Алмати, 2014), VIII Міжнародній науковій конференції молодих вчених «Молодь і олімпійський рух» (Київ, 2015).

Публікації. Основні положення дисертації знайшли відображення у 8 наукових

статтях, 5 з яких представлено у спеціалізованих фахових журналах та збірниках України, дві – у журналах, що представлені у міжнародних наукометричних базах даних, три статті мають апробаційний характер.

Структура та обсяг дисертації. Дисертаційна робота викладена на 168 сторінках основного тексту, складається зі вступу, п'яти розділів, практичних рекомендацій, висновків, списку використаних літературних джерел із 168 найменувань, додатків.

Цифровий матеріал представлений у 29 рисунках та 56 таблицях.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ

У **вступі** обґрунтовано актуальність проблеми, визначено об'єкт, предмет, мету та завдання дослідження, висвітлено методи та організацію дослідження, показано наукову новизну та практичну значущість роботи, встановлено особистий внесок здобувача у спільно опубліковані наукові праці, наведено основні аспекти апробації результатів дослідження, вказано кількість публікацій.

Перший розділ **«Координаційні здібності та контроль рівня їх прояву у тренувальному процесі юних тенісистів»** присвячено теоретичному аналізу літературних джерел, які безпосередньо стосуються теми дисертаційної роботи.

Розглянуто сучасний підхід до тренування юних тенісистів на етапі початкової підготовки у тенісі, який вказує на необхідність використання такого інвентарю, обладнання, кортів, правил гри на рахунок, які адаптовані до вікових можливостей дітей. «Червоний» рівень – перша із трьох частин етапу початкової підготовки у тенісі. Цей рівень призначений для дітей віком від 5-ти до 6–7-ми років. Розмір корту – 11–12 м у довжину та 5–6 м у ширину, сітка натягнута на висоті 80 см. Використання менших за розміром кортів сприяє ефективнішому навчанню роботі ніг, тактичним навичкам, зокрема, гри зльоту, а менших ракеток та повільніших м'ячів – правильній постановці удару (М. В. Ібраїмова, 2012; R. Gonzalez, 2012; M. Barrell, 2013; P. Farrel, 2015; M. Miranda, 2015).

Проаналізовано вікові особливості тенісистів 5–6 років, які мають значення при підборі рухових тестів для контролю рівня прояву їх координаційних здібностей. Діти цього віку вже володіють найпростішими навичками ловіння м'яча, стрибків на позначку, зупинки бігу у заданому положенні, утримання ракетки та управління нею, відбивання м'яча, регулювання сили удару по м'ячу ракеткою (А.С. Солодков, 2012). Розглянуто методичні рекомендації щодо роботи з дітьми 5–6 років. Заняття повинні бути багатоплановими, емоційними, без використання тривалих монотонних завдань (не довше 15–20 хв). Потрібно постійно тримати дітей у грі, оскільки вони легко відволікаються, уникати довгих настанов та пояснень (Е.С. Вільчковський, 2008). Доцільно використовувати яскравий інвентар для кращої зорової адаптації. Основним методом навчання має бути наочний з ідеальним показом, а самі завдання мають носити ігровий характер. Показано, що розвиток фізичних якостей має бути випереджаючим порівняно з навчанням техніко-тактичним діям спортсменів 5–6 років. У даному віці важливо розвивати координаційні, швидкісні (особливо частота рухів), швидко-силові здібності та

гнучкість (М.В. Ібраїмова, О.В. Ханюкова, Л.В. Поліщук, 2013).

У ході аналізу програми з тенісу 2012 року визначено, що одним із головних завдань початкового етапу навчання юних тенісистів є цілеспрямований розвиток координаційних здібностей, рівень прояву яких визначає ефективність засвоєння та вдосконалення техніко-тактичних дій. Окремі види координаційних здібностей мають різні сенситивні періоди розвитку, більша частина з яких припадає на молодший та середній шкільний вік, однак основний фонд рухових умінь, під час виконання яких проявляються різні здібності цієї комплексної якості, дитина починає набувати ще у дошкільному віці (Л.В. Волков, 2002; J. Vickers, 2011). Цілеспрямований розвиток координаційних здібностей тенісистів з 5 років дозволяє їм набагато швидше вчитися різним прийомам гри, пристосовуватися до несподіваних ситуацій. Комплексний контроль цих здібностей із застосуванням таких тестів, які відповідають віковим можливостям дітей 5–6 років, може значно допомогти у плануванні їх координаційної підготовки.

Із представлених класифікацій координаційних здібностей (Д. Блюме, 1982, 1984; П. Хірц, 1984; Г. Шнабель, 1985; М.О. Бернштейн, 1991; А.Г. Карпєєв, 2002; В.Й. Лях, 2006; В.М. Платонов, 2013) у даному дослідженні нами вирішено використовувати класифікацію координаційних здібностей за В. М. Платоновим як базу для комплексного контролю рівня їх прояву.

Аналіз спеціальної літератури показав, що проблема комплексного контролю та оцінювання координаційних здібностей у тенісі залишається однією з центральних серед проблем спортивної підготовки, а тому – ключовою у ряді інших, які стимулюють зростання спортивної майстерності. Вказуючи на цінність і значення рухових тестів у діагностиці координаційних здібностей юних тенісистів, підкреслюємо одночасну необхідність подальшого дослідження даного питання.

Представлені у першому розділі матеріали засвідчили необхідність виділення інформативних, адаптованих до вікових можливостей тенісистів 5–6 років тестів для контролю рівня прояву їх координаційних здібностей, а також застосування математичної методики оцінювання, яка дозволяє переводити результати, показані у тестах, у бали, що разом складає технологію комплексного контролю та оцінювання рівня координаційної підготовленості юних спортсменів.

У другому розділі «**Методи та організація дослідження**» представлено методи та етапи проведення дослідження, зазначено контингент випробуваних.

Аналіз наукової літератури дозволив отримати сучасні дані з проблеми класифікації координаційних здібностей та їх контролю у тенісистів 5–6 років.

Метод анкетування дозволив визначити думки тренерів з тенісу щодо особливостей побудови тренувального процесу на етапі початкової підготовки, зокрема застосування тестів для контролю координаційних здібностей тенісистів 5–6 років, а також виявити значущість різних видів координаційних здібностей для навчання гри у теніс.

Було проведено констатувальний педагогічний експеримент, який полягав у визначенні рівня прояву п'яти видів координаційних здібностей 50-ти тенісистів 5–6 років за допомогою батареї з 30 тестів, яка поділялася на п'ять блоків. У кожному блоці використовувалося від 4 до 10 тестів для оцінювання різних

складових певного виду координаційних здібностей. Так, у першому блоці містяться 5 тестів для контролю рівня прояву здібності до оцінки та регуляції просторово-часових параметрів рухів, 3 тести для контролю просторових параметрів рухів, по одному тесту для контролю рівня відтворення часових та динамічних параметрів рухів. Деякі тести використовувалися як еквівалентні для встановлення більш об'єктивної оцінки. Наприклад, рівень прояву такої складової першого виду координаційних здібностей, як оцінка та регуляція просторово-часових параметрів рухів, визначався за допомогою еквівалентних тестів «Координаційний біговий тест» та «Човниковий біг із перенесенням м'ячів», а також «Ловіння м'яча у конус». Перші два з цих тестів були модифіковані відповідно до вікових можливостей дітей 5–6 років і використані як інформативні за логічним зв'язком з вихідними тестами, а третій був розроблений для врахування специфічної дії, яка відбувається під час гри у теніс – реагування на м'яч, який рухається, та взаємодію з ним за допомогою предмета. Тест «Ловіння м'яча у конус» доповнював перші два тести, а його інформативність була підтверджена шляхом визначення кореляції результатів дітей у ньому з результатами дітей, показаними у перших двох тестах (використовувався рівень статистичної значущості $p < 0,05$). Крім цього, застосування різноманітних тестів також обумовлене необхідністю перевірки координації рухів рук та ніг, що є дуже важливим моментом, оскільки точність рухів нижніми та верхніми кінцівками, а також їх узгодженість у дітей не мають сильних кореляційних зв'язків (М.О. Бернштейн, 1991; Є.П. Ільїн, 2003; В.Й. Лях, 2006).

Здібність до довільного розслаблення м'язів не визначалася, оскільки потребує лабораторних методик дослідження (В. М. Платонов, 2004).

Спеціальна математична методика оцінювання з алгоритмом висновків дозволила визначити інтегральні оцінки за кожним із п'яти відносно самостійних видів координаційних здібностей, а також підсумкову оцінку рівня координаційної підготовленості учнів.

Підґрунтям дослідження стала концепція, згідно з якою одним з основних факторів, які обумовлюють підвищення ефективності тренувального процесу юних тенісистів, є пошук нових технологій діагностики рівня прояву координаційних здібностей гравців, які впливають на рівень оволодіння техніко-тактичними діями під час навчання, і, як наслідок, мають значний вплив на результат у змаганнях.

Дослідження були організовані та проведені у три етапи (2013–2015) і проходили під час навчально-тренувальних занять у ДЮСШ-1 м. Києва, «Українському тенісному центрі» с. Святопетрівське, а також на базі Національного університету фізичного виховання і спорту України.

У анкетуванні на базі Національного університету фізичного виховання і спорту України взяло участь 30 тренерів з тенісу другої категорії – 15 чоловіків і 15 жінок.

У експериментальних дослідженнях з контролю рівня прояву координаційних здібностей за допомогою батареї тестів на базі ДЮСШ-1 м. Києва та «Українського тенісного центру» с. Святопетрівське брали участь тенісисти і тенісистки віком 5–6 років, які займаються у групах початкового навчання. До контингенту випробуваних входило 13 хлопчиків і 12 дівчаток 5-ти років, 12 хлопчиків

і 13 дівчаток 6-ти років.

Кожен із трьох етапів дослідження мав певні завдання:

I етап (2012–2013) – аналіз літературних даних щодо особливостей побудови сучасного етапу початкової підготовки у тенісі, особливостей вікового розвитку системи управління рухами дітей 5–6 років, класифікації координаційних здібностей, їх контролю та оцінювання у тенісистів 5–6 років; вибір адекватних методів дослідження; анкетування тренерів з метою визначення значущості виділених методів контролю на етапі початкового навчання, розвитку окремих видів координаційних здібностей, а також модифікації тестів і застосування комплексного контролю координаційних здібностей тенісистів 5–6 років.

II етап (2013–2014) – проведення констатувального педагогічного експерименту із застосуванням батареї тестів для контролю рівня прояву координаційних здібностей тенісистів 5–6 років, обробка отриманих результатів, аналіз зареєстрованих показників.

III етап (2014–2015) – апробація запропонованої технології комплексного контролю та оцінювання координаційних здібностей юних тенісистів 5–6 років за результатами тестів. Розробка орієнтовних показників рівня прояву координаційних здібностей тенісистів і теністок 5 та 6 років та практичних рекомендацій щодо побудови програми контролю координаційних здібностей дітей протягом навчального року, а також впровадження отриманих результатів досліджень у практику підготовки спортсменів.

У третьому розділі «Специфіка контролю координаційних здібностей дітей 5–6 років на етапі початкової підготовки у тенісі» представлено дані проведеного анкетування, розкрито сутність модифікації інформативних тестів, специфіки авторських тестів та встановлено рівень емпіричної інформативності останніх.

Анкетування тренерів дало можливість зрозуміти їх погляди щодо питань побудови тренувального процесу юних спортсменів на етапі початкової підготовки. Зокрема, більшість тренерів використовують переваги нової програми «Грай та залишайся у тенісі назавжди» під час роботи з дітьми і активно застосовують ігровий підхід під час навчально-тренувальних занять.

Вважають доцільним проводити відбір тенісистів 5–6 років 30 % тренерів, ще 30 % визнають необхідним проводити відбір лише у окремих випадках, а 40 % не вважають його доцільним у даному віці. Для відбору застосовують, як правило, методи педагогічного спостереження та педагогічного тестування, а головним критерієм відбору є довідка від лікаря про стан здоров'я дитини. Частина тренерів не вважає необхідним проводити контроль фізичних здібностей дітей 5–6 років і не застосовує метод педагогічного тестування для визначення рівня розвитку їх координаційних здібностей (53 %), проте майже половиною тренерів (47 %) така практика оцінюється позитивно.

Переважає більшість спеціалістів (70 %) визнають важливість комплексного контролю рівня прояву координаційних здібностей тенісистів 5–6-річного віку та погоджуються з пропозицією модифікації різних параметрів тестів відповідно до віку учнів (93 %). Підтримка тренерами ідеї щодо необхідності модифікації тестів відповідно до вікових можливостей тенісистів 5–6 років доповнює актуальність

даного питання. Модифікація тестів полягає у зміні наступних параметрів: відстаней для бігу, кидків у ціль, стрибків на позначку, кількості повторень та часу виконання вправи, способу виконання рухової дії.

Значна частина опитаних вважають оптимальною кількістю проведення педагогічного контролю рівня прояву координаційних здібностей у навчальному році 2 рази. При цьому, на думку більшості тренерів, слід використовувати по 1–2 тести для контролю рівня прояву кожної координаційної здібності. У деяких питаннях ми згодні з тренерами, стосовно інших маємо власну думку, виходячи із аналізу передового досвіду та власних спостережень за навчально-тренувальним процесом юних тенісистів.

На наш погляд, для контролю різних відносно самостійних видів координаційних здібностей слід використовувати і різну кількість тестів. Наприклад, за допомогою 1–2 тестових завдань можна оцінити ритм, рівновагу, координованість рухів. Здібність до орієнтування у просторі, яка оцінюється за різними критеріями (відсутність зорового контролю, невідомий момент початку руху, надмірна інформація і т.п.), слід контролювати за допомогою 3–4 тестів. Різні складові здібності до оцінки та регуляції рухів обумовлюють необхідність застосування 5–6 тестів для її контролю – просторових, часових, динамічних, просторово-часових параметрів рухів. Це підтверджує актуальність ретельного добору тестів для комплексного контролю рівня прояву координаційних здібностей.

Вважаємо доцільним оцінювати такі складові кожного з 5 видів координаційних здібностей: здібність до оцінки та регуляції просторово-часових, просторових, часових, динамічних параметрів рухів; статичну та динамічну рівновагу; відчуття ритму при взаємодії з рухомим об'єктом (на місці та у русі) та без взаємодії; орієнтацію у просторі за умов дефіциту часу (потребує швидкого переключення уваги, реакції на рухомий об'єкт та реакції вибору), за умов недостатньої інформації (про початок руху м'яча, місце, куди потрібно буде бігти), за умов надмірної інформації (потребує швидкого переключення уваги), за умов виключення зорового контролю під час виконання завдання; координованість (узгодженість) рухів рук і ніг.

Перший блок тестів (1–10) для контролю рівня прояву здібності до оцінки та регуляції просторово-часових та динамічних параметрів рухів включає: модифікований «Координаційний біговий тест», модифікований тест «Човниковий біг із перенесенням м'ячів з одного ряду в інший», модифікований тест «Стрибок на розмітку», авторський тест «Швидкісне маневрування», тест «Біг на час», авторський тест «Оббігання 4-х конусів різними способами», тест «Динамометрія», модифікований тест «Кидки тенісного м'яча в обруч», модифікований тест «Кидки тенісних м'ячів у два обручі», авторський тест «Ловіння м'яча у конус».

Другий блок тестів (11–17) для контролю рівня прояву рівноваги містить 4 тести для контролю рівня прояву статичної рівноваги та 3 тести для контролю рівня прояву динамічної рівноваги: тест «Статична рівновага за методикою Бондаревського», тест «Статична рівновага за методикою Ромберга», тест «Статична рівновага за методикою Бірюк», авторський тест «Утримання м'яча на

струнах ракетки, стоячи на одній нозі», модифікований тест «Стрибки у трикутнику», тест «Стрибки з обертами», авторський тест «Ходьба по лінії з м'ячем на струнах ракетки».

Третій блок тестів (18–21) для контролю рівня прояву відчуття ритму включає: модифікований тест «Ритмічне постукування руками», авторські тести «Ритмічні сплескування у долоні при взаємодії з м'ячем», «Сплескування у долоні з тренером на місці», «Сплескування у долоні з тренером у русі».

Четвертий блок тестів (22–26) для контролю рівня прояву здібності до орієнтування у просторі містить 5 тестів, якими пред'являються різні вимоги до учнів: швидкого реагування, переключення уваги, влучності стрибків, кидків, ходьби до цілі за умов відсутності зорового контролю. До блоку включено модифіковані тести «Біг до трьох конусів різного кольору», «Стрибок на розмітку із заплющеними очима», «Кидки тенісного м'яча у ціль із заплющеними очима», «Ходьба по прямій із заплющеними очима», авторський тест «Миттєве орієнтування».

П'ятий блок тестів (27–30) для контролю рівня прояву координованості рухів складається із 4-х тестів, які застосовано для перевірки рівня узгодженості рухів рук та ніг у юних тенісистів: «Стрибок у довжину з місця вперед і назад», «Потрійний стрибок у довжину з місця за допомогою та без допомоги рук», модифіковані тести «П'ять вісімок» та «Переступання бар'єрів».

Загалом нами було модифіковано 11 апробованих тестів: «Координаційний біговий тест», «Човниковий біг із перенесенням кубиків з одного ряду в інший» (Л. П. Сергієнко, 2001); просторових параметрів руху – «Стрибок на розмітку», «Кидки тенісного м'яча на точність» (В. Й. Лях 1988); здібності до динамічної рівноваги – «Шестикутник», (M. Reid, A. Quinn, M. Crespo, 2003); відчуття ритму – «Ритмічне постукування руками» (J. Raczek, W. Mynarsky, V. Ljach, 1998); орієнтування у просторі – «Біг до пронумерованих набивних м'ячів» (В. Й. Лях, 1988), «Ходьба по прямій із заплющеними очима», «Кидки м'яча у ціль із заплющеними очима» (Л. П. Сергієнко, 2001); координованості рухів – «10 вісімок» (Ю. А. Копилов, 1987), «Переступання гімнастичної палиці» (Л. П. Сергієнко, 2001).

Було визначено інформативність 9-х розроблених нами специфічних тестів, які доповнюють батарею інформативних тестів. Інформативність визначалася за допомогою кореляції показників апробованих раніше тестів з авторськими для контролю певної координаційної здібності або її складової (М. О. Годік, 1988).

Високу емпіричну інформативність мають тести: «Швидкісне маневрування» за кореляційним зв'язком із тестом «Човниковий біг із перенесенням м'ячів з одного ряду в інший» (модифікація тесту «Човниковий біг із перенесенням кубиків з одного ряду в інший, Л. П. Сергієнко, 2001) – 0,76; «Оббігання конусів різними способами» за кореляційним зв'язком із тестом «Човниковий біг із перенесенням м'ячів з одного ряду в інший» – 0,70; «Ловіння м'яча у конус» за кореляційним зв'язком із тестом «Човниковий біг із перенесенням м'ячів з одного ряду в інший» – 0,70; «Утримання м'яча на струнах ракетки, стоячи на одній нозі» за кореляційним зв'язком із тестом «Проба Бондаревського» (Л. П. Сергієнко, 2001) – 0,73; «Миттєве орієнтування» за кореляційним зв'язком із тестом «Біг до 3-х конусів різного кольору» (модифікація

тесту «Біг до пронумерованих набивних м'ячів», В. Й. Лях, 1988) – 0,71; ($p < 0,05$).

Достатню емпіричну інформативність мають тести: «Ходьба по лінії з м'ячем на струнах ракетки» за кореляційним зв'язком із тестом «Стрибки у трикутнику» (модифікація тесту «Шестикутник», М. Reid, А. Quinn, М. Crespo, 2003) – 0,59; «Ритмічні сплескування у долоні при взаємодії з м'ячем» за кореляційним зв'язком із тестом «Ритмічне постукування руками» (J. Raczek, W. Mynarsky, V. Ljach, 1998) – 0,63; «Сплескування у долоні з тренером на місці» за кореляційним зв'язком із тестом «Ритмічне постукування руками» – 0,61; «Сплескування у долоні з тренером у русі» за кореляційним зв'язком із тестом «Ритмічне постукування руками» – 0,62; ($p < 0,05$). Встановлення рівня надійності (у даному випадку стабільності як її складової) даних тестів відбувалося шляхом визначення коефіцієнта кореляції показників двох спроб одних і тих же учнів у певному тесті в один і той же день (В. М. Заціорський, 1982; М. О. Годік, 1988). Коефіцієнти надійності склали від 0,80 до 0,96; ($p < 0,05$).

Застосування інформативних та надійних тестів для комплексного контролю координаційних здібностей тенісистів 5–6 років виступає однією з основних умов успішного управління змістом їх координаційної підготовки, високий рівень ефективності якої є важливим завданням початкового етапу навчання у тенісі.

У четвертому розділі «Формування технології комплексного контролю та оцінювання рівня прояву координаційних здібностей тенісистів 5 та 6 років» досліджувалися результати 30 тестів для контролю п'яти відносно самостійних видів координаційних здібностей тенісистів 5 та 6 років, застосовано технологію комплексного контролю та оцінювання рівня координаційної підготовленості тенісистів 5–6 років, використано математичну методику оцінювання результатів тестів із переводом їх у бали, розроблено орієнтовні показники рівня прояву координаційних здібностей для кожного тесту, які розподілені на 5 рівнів.

Показники прояву координаційних здібностей груп тенісистів 5 та 6 років, отримані шляхом застосування 5 блоків, які склали єдину батарею педагогічних тестів, за допомогою обробки методами математичної статистики дали можливість якомога більш повно охарактеризувати рівень їх координаційного розвитку (табл. 1, 2).

У п'яти тестах було виявлено статистично значущі вікові відмінності між показниками хлопців 5 та 6 років – «Ловіння м'яча у конус», «Проба Бондаревського», «Ритмічні постукування руками», «Біг до 3-х конусів», «Потрійний стрибок з допомогою і без допомоги рук», і лише за двома у дівчат 5 та 6 років – «Швидкісне маневрування», «Ловіння м'яча у конус» ($p < 0,05$). Статистично значущі гендерні відмінності між 5-річними тенісистами та тенісистками виявлено за показниками одного тесту, а між 6-річними – за показниками шести тестів ($p < 0,05$). Наявність статистично значущих вікових та гендерних відмінностей результатів тенісистів і тенісисток 5 та 6 років у різних тестах обумовила розробку оціночних шкал з урахуванням віку та орієнтовних показників тестів з урахуванням віку та статі.

Таблиця 1

Показники тенісистів і тенісисток 5 та 6 років за результатами тестів для контролю рівня прояву здібності до орієнтування у просторі

Стать	Вік, років	Обсяг вибірки	«Біг до 3 конусів різного кольору», с			«Стрибок на розмітку з заплющеними очима», см			«Кидки м'яча в обруч із заплющеними очима», рази			«Ходьба по прямій із заплющеними очима», см			«Миттєве орієнтування», с		
			\bar{x}	S	p	\bar{x}	S	p	\bar{x}	S	p	\bar{x}	S	p	\bar{x}	S	p
Хлопці	5	13	11	2,8	$< 0,05$	5,4	2,4	$> 0,05$	7	2	$> 0,05$	26	14	$> 0,05$	2,37	1,8	$> 0,05$
	6	12	9,4	2		5,1	3		$> 0,05$	8		2	$> 0,05$		23	12	
Дівчата	5	12	12	3	$> 0,05$	4,8	2,9	$> 0,05$	6,5	1,8	$> 0,05$	24	20	$> 0,05$	2,8	1,64	$> 0,05$
	6	13	11,6	2,8		5,7	2,3		$> 0,05$	7		2	$> 0,05$		21	9	

Таблиця 2

Показники гендерних відмінностей тенісистів і тенісисток 5 та 6 років за результатами тестів для контролю здібності до орієнтування у просторі

Стать	Вік, років	«Біг до 3 конусів різного кольору», с	«Стрибок на розмітку з заплющеними очима», см	«Кидки м'яча в обруч із заплющеними очима», рази	«Ходьба по прямій із заплющеними очима», см	«Миттєве орієнтування», с
		p	p	p	p	p
Хлопці	5	$> 0,05$	$> 0,05$	$> 0,05$	$> 0,05$	$> 0,05$
Дівчата						
Хлопці	6	$< 0,05$	$> 0,05$	$> 0,05$	$> 0,05$	$< 0,05$
Дівчата						

Оцінювання координаційної підготовленості тенісистів проводилося у кілька етапів. На першому етапі результати, показані при виконанні тестів, трансформувалися у бали (за правилом трьох сігм, табл. 3), за допомогою спеціальних формул визначалися інтегральні оцінки кожного відносно самостійного виду координаційних здібностей, рівень яких встановлювався після порівняння набраних балів із розрахованими нормами (табл. 4). На другому етапі визначалася підсумкова оцінка рівня прояву координаційних здібностей та встановлювався рівень координаційної підготовленості юних тенісистів за порівнянням зі встановленими нормами.

Аналіз значущості відносно самостійних видів координаційних здібностей у структурі координаційної підготовленості тенісистів 5–6 років тренерами України, які працювали з дітьми даного віку, дозволив розробити вагові коефіцієнти для формули підсумкової оцінки рівня прояву їх координаційних здібностей (за

методикою Т. В. Хутієва, 1991).

Таблиця 3

**Оціночна шкала результатів тестів для контролю здібності тенісистів
5 та 6 років до орієнтування у просторі**

Тест, одиниця вимір.	Вік, років	Рівень, бал		
		Низький, 1	Середній, 2	Високий, 3
«Біг до 3 конусів», с	5	>14,3	14,3–8,9	<8,9
	6	>12,9	12,9–8,1	<8,1
«Стрибок на розмітку з заплющеними очима», см	5	>7,3	7,3–3,0	<3,0
	6	>7,8	7,8–3,0	<3,0
«Кидки у ціль із заплющеними очима», рази	5	<5	5–9	>9
	6	<6	6–10	>10
«Ходьба по прямій із заплющеними очима», см	5	>42	42–8	<8
	6	>31	31–10	<10
«Миттєве орієнтування», с	5	>3,7	3,7–1,3	<1,3
	6	>3,1	3,1–1,6	<1,6

Таблиця 4

Показники інтегральної оцінки та відповідні їм рівні прояву координаційних здібностей тенісистів 5 та 6 років

Показник інтегральної оцінки	Рівень прояву координаційної здібності
від 5,1–6	високий
4,1–5	вище за середній
3,1–4	середній
2,1–3	нижче за середній
2 та нижче	низький

Тренери оцінювали кожен координаційну здібність балом від 1 (найменш значущий) до 6 (найбільш значущий). Кількість балів, набрану тренерами для певної здібності (крім здібності до довільного розслаблення м'язів), ділили на суму балів п'яти здібностей і отримували відповідні вагові коефіцієнти, які в сумі складають одиницю: для здібності до оцінки та регуляції просторово-часових і динамічних параметрів рухів – 0,18; для здібності до утримання стійкості пози (рівноваги, балансу) – 0,19; для відчуття ритму – 0,17; для здібності до орієнтування у просторі – 0,21; для координованості рухів – 0,25. Чим більший коефіцієнт, тим вищий рівень його значущості у структурі координаційних здібностей.

Формування інтегральних оцінок координаційних здібностей відбувалося за показниками відповідної кількості тестів у балах.

Підсумкова оцінка координаційних здібностей тенісистів 5–6 років (ПО) розраховувалася відповідно до п'яти блоків показників і визначалася у діапазоні від 0 до 100 балів. При цьому у тенісиста, який отримав оцінку нижче 20 балів, було відмічено низький рівень прояву координаційних здібностей, від 21 до 40 – нижче за

середній, від 41 до 60 – середній, від 61 до 80 – вище за середній, вище за 80 – високий.

За результатами оцінювання формувався висновок, який містив анкетні дані спортсмена, кількісні значення його показників за підсумками виконання батареї тестів, інтегральні оцінки за блоками показників та підсумкову оцінку координаційних здібностей юних тенісистів 5–6 років, що дозволило уніфікувати індивідуальні дані спортсменів 5 та 6 років.

Були розроблені орієнтовні показники для тестів, призначених для контролю рівня прояву координаційних здібностей тенісистів 5–6 років, які розподілені на 5 рівнів: низький, нижче за середній, середній, вище за середній та високий (В. М. Заціорський, 1982) (табл. 5).

Таблиця 5

Визначення діапазонів для п'яти рівнів орієнтовних показників за результатами тестів для контролю координаційних здібностей

Рівень	Діапазон рівня прояву координаційних здібностей	
	При покращенні результату зі збільшенням показника	При покращенні результату зі зменшенням показника
Низький	$\leq \bar{x} - 2S$	$\geq \bar{x} + 2S$
Нижче за середній	$(\bar{x} - 2S; \bar{x} - 0,5S)$	$(\bar{x} + 2S; \bar{x} + 0,5S)$
Середній	$[\bar{x} - 0,5S; \bar{x} + 0,5]$	$[\bar{x} + 0,5S; \bar{x} - 0,5S]$
Вище за середній	$(\bar{x} + 0,5S; \bar{x} + 2S)$	$(\bar{x} - 0,5S; \bar{x} - 2S)$
Високий	$\geq \bar{x} + 2S$	$\leq \bar{x} - 2S$

Вибірки результатів тестів тенісистів і тенісисток 5 та 6 років відповідали закону нормального розподілу, тому для визначення рівнів орієнтовних показників застосовувалася сигмовидна шкала. У тих тестах, де результат покращується в сторону до нуля, відповідно показники від високого до низького рівня збільшуються, а якщо покращення результату відбувається у напрямку від нуля, зменшуються (табл. 6).

Таблиця 6

Орієнтовні показники результатів тестів для контролю здібності тенісистів 5 та 6 років до орієнтування у просторі

Тест, одиниця вимірювання	Вік, років	Стать	Рівень				
			Низький	Нижче за середній	Середній	Вище за середній	Високий
«Біг до 3 конусів», с	5	Хлопці	>16,5	16,5–12,4	12,3–9,6	9,5–5,4	<5,4
		Дівчата	>18,0	18,0–13,5	13,4–10,5	10,4–6,0	<6,0
	6	Хлопці	>13,4	13,4–10,5	10,4–8,5	8,4–5,4	<5,4
		Дівчата	>14,4	14,4–13,1	13,0–10,2	10,1–8,8	<8,8
«Стрибок на розмітку з заплющеними очима», см	5	Хлопці	>10,2	10,2–6,6	6,5–4,2	4,1–0,6	<0,6
		Дівчата	>10,6	10,6–6,25	6,24–3,35	3,34–0	0
	6	Хлопці	>11,1	11,1–6,6	6,5–3,6	3,5–0	0
		Дівчата	>8,0	8,0–6,86	6,85–4,55	4,54–3,4	<3,4

За допомогою орієнтовних показників координаційних здібностей, які розподілені на 5 рівнів, тренери можуть більш детально описувати динаміку приросту їх показників.

Технологія комплексного контролю і оцінювання дозволяє об'єктивно оцінити рівень координаційної підготовленості тенісистів 5–6 років, своєчасно внести корективи та покращити процес їх координаційної підготовки. Подальші дослідження дозволять розробити індивідуальні рекомендації на підставі обґрунтованих інформативних показників координаційних здібностей юних спортсменів.

У п'ятому розділі «Аналіз і узагальнення результатів дослідження» надана характеристика повноти вирішення завдань дослідження, узагальнено результати експериментальної роботи, які підтверджують ефективність застосування розробленої технології контролю та оцінювання рівня координаційної підготовленості тенісистів 5–6 років.

Результати наших досліджень підтвердили, доповнили і внесли у теорію підготовки тенісистів нові дані відносно контролю та оцінювання рівня розвитку їх координаційних здібностей, зокрема:

- вперше застосовано технологію комплексного контролю та оцінювання координаційних здібностей для тенісистів 5–6 років;
- вперше розроблено батарею із 30 педагогічних тестів, розподілених на 5 блоків для контролю кожного відносно самостійного виду координаційних здібностей та їх складових у тенісистів 5–6 років;
- вперше визначено інтегральні та підсумкові оцінки та орієнтовні показники рівня прояву координаційних здібностей тенісистів 5 і 6 років за результатами 30 педагогічних тестів;
- вперше надано рекомендації щодо побудови навчально-тренувального процесу юних тенісистів із застосуванням технології комплексного контролю та оцінювання рівня прояву різних видів координаційних здібностей на «червоному» рівні етапу початкової підготовки у тенісі;
- підтверджено значення комплексного контролю та оцінювання координаційних здібностей для підвищення ефективності навчально-тренувального процесу юних тенісистів на етапі початкової підготовки (А.П. Скородумова, 2010; М.В. Ібраїмова, 2013);
- доповнено дані про значущість координаційних здібностей тенісистів та їх контролю на етапі початкової підготовки, про особливості відбору та побудови навчально-тренувального процесу на етапі початкової підготовки у тенісі (Л.В. Волков, 2002; М.В. Ібраїмова, 2013);
- доповнено адаптовані до віку тенісистів 5–6 років педагогічні тести для контролю рівня прояву координаційних здібностей (Л.П. Сергієнко, 2001; В.Й. Лях, 2006);
- доповнено інформативні педагогічні тести (за логічним і емпіричним зв'язком) для контролю рівня прояву координаційних здібностей тенісистів 5–6 років та встановлено рівень кореляції показників всіх тестів (В.М. Заціорський, 1982; М.О. Годік, 1988).

Перспективним є подальше вивчення індивідуального підходу до розвитку координаційних здібностей тенісистів з урахуванням їх віку, статі та рухових можливостей, перевірка рівня взаємозв'язку розвитку координаційних здібностей між собою та з іншими фізичними здібностями тенісистів 5–6 років, дослідження зв'язку результатів, показаних у рухових тестах, з ефективністю навчання різним техніко-тактичним діям у тенісі та з результатами змагань з урахуванням рівня факторного впливу різних здібностей на змагальну діяльність тенісистів даного віку.

ВИСНОВКИ

1. Аналіз літератури показав, що етап початкової підготовки у тенісі орієнтований на залучення дітей до занять цим видом спорту з 5-річного віку, а це потребує врахування їх вікових можливостей у тренувальному процесі, зокрема під час розвитку та контролю рівня прояву координаційних здібностей. Оскільки від рівня прояву різних їх видів значно залежить ефективність навчання переміщенням та ударам тенісистів, визначення рівня координаційної підготовленості дітей є одним із пріоритетних завдань етапу початкової підготовки у тенісі. Вітчизняні та зарубіжні дослідники наголошують на складній структурі та комплексності прояву координаційних здібностей, а отже і на необхідності контролю кожного їх виду у спортсменів. Дослідження з контролю рівня розвитку координаційних здібностей тенісистів, зокрема дошкільного віку, спеціалістами у галузі спорту раніше не проводилися: не визначалися інформативні специфічні тести, які враховують особливості гри у теніс та рухові можливості тенісистів 5–6 років, не використовувалися спеціальні методики для оптимізації оцінювання результатів тестів, не розроблялися орієнтовні показники різних видів координаційних здібностей юних спортсменів, що обумовило актуальність наукових досліджень.

2. Складено й обґрунтовано батарею з 30 тестів для контролю рівня прояву 5 відносно самостійних видів координаційних здібностей тенісистів 5–6 років: здібності до оцінки та регуляції просторово-часових та динамічних параметрів рухів, рівноваги, відчуття ритму, здібності до орієнтування у просторі та координованості рухів. Модифіковано 11 інформативних тестів відповідно до вікових можливостей тенісистів 5–6 років – змінено їх структурні складові: відстані для бігу, стрибків, кидків, а також кількість повторень, способи виконання рухової дії.

3. Розроблено 9 інформативних авторських тестів, переважна більшість з яких враховує специфіку гри у теніс – використання ракетки та м'яча і переміщень, характерних для тенісистів: «Швидкісне маневрування»; «Оббігання конусів різними способами»; «Ловіння м'яча у конус»; «Утримання м'яча на струнах ракетки, стоячи на одній нозі»; «Ходьба по лінії з утриманням м'яча на струнах ракетки»; «Ритмічні сплескування у долоні при взаємодії з м'ячем»; «Сплескування в долоні з тренером на місці»; «Сплескування у долоні з тренером у русі»; «Миттєве орієнтування». Рівень інформативності авторських тестів встановлено за кореляційним зв'язком з інформативними тестами ($r = 0,61 - 0,76$); ($p < 0,05$); встановлено рівень їх надійності (стабільності як її складової) за результатами двох спроб одним учнем ($r = 0,80 - 0,96$); ($p < 0,05$). Дані тести можуть застосовуватися у

практиці роботи з тенісистами 5–6 років.

4. Значущість координаційних здібностей для гри юних тенісистів розподіляється таким чином: координованість рухів (110 балів), орієнтування у просторі (96 балів), рівновага (82 бали), оцінка та регуляція просторово-часових і динамічних параметрів рухів (79 балів), відчуття ритму (76 балів). Дані результати, виражені у балах, враховані при розробці вагових коефіцієнтів, які застосовувалися у формулі для визначення підсумкових оцінок рівня прояву координаційних здібностей тенісистів 5–6 років.

5. Технологія комплексного контролю та оцінювання координаційних здібностей тенісистів 5–6 років полягає у переводі результатів, показаних в адаптованих до їх віку інформативних та специфічних тестах, з різних одиниць вимірювання у єдину систему балів, у визначенні інтегральних оцінок 5 видів координаційних здібностей, а також підсумкової оцінки рівня координаційної підготовленості юного спортсмена з урахуванням рівня значущості кожного їх виду. Підсумкова оцінка визначається у діапазоні від 0 до 100 балів. У тенісиста, який отримав оцінку нижче 20 балів, відмічається низький рівень прояву координаційних здібностей, від 21 до 40 – нижче за середній, від 41 до 60 – середній, від 61 до 80 – вище за середній, вище за 80 – високий. Інтегральні та підсумкові оцінки дають можливість розподіляти дітей на підгрупи для виконання різних за координаційною складністю завдань. Наявність статистично значущих вікових та гендерних відмінностей тенісистів 5–6 років враховано при розробці оціночних шкал та орієнтовних показників рівня прояву координаційних здібностей цих дітей за результатами виконання тестів.

Використана технологія комплексного контролю та оцінювання координаційних здібностей, яка полягає у використанні адаптованих до віку специфічних тестів, переводі результатів дітей у тестах в єдину систему балів, визначенні рівня прояву досліджуваних здібностей кожного учня, розробці профілеграм динаміки показників координаційних здібностей тенісистів і тенісисток 5 та 6 років протягом навчального року, дозволяє об'єктивно визначити вихідний рівень координаційної підготовленості тенісистів 5–6 років та оптимізувати процес фізичної підготовки з використанням диференційованого підходу до розвитку різних видів координаційних здібностей як у окремого спортсмена, так і у цілої групи юних тенісистів.

6. Розроблені орієнтовні показники координаційної підготовленості тенісистів і тенісисток 5 та 6 років, розподілені на 5 рівнів, можуть використовуватися тренерами в якості порівняльних норм, а також для більш детального аналізу рівня прояву у дитини певної здібності за умови виконання різних за руховим змістом завдань.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з визначенням динаміки показників різних видів координаційних здібностей юних тенісистів протягом навчального року та встановленням ефективності застосованих у тренувальному процесі засобів координаційної підготовки.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Основні положення дисертації викладено у наступних роботах:

1. Козак А. М. Ігровий підхід як основа навчання і виховання дітей у спорті / А. М. Козак, М. В. Ібраїмова // Актуальні проблеми фізичної культури і спорту. – К., 2013. – Вип. 27, № 2. – С. 23–27. *Особистий внесок здобувача полягає у постановці проблеми дослідження, аналізі літературних джерел, формулюванні підсумків.*

2. Козак А. Обґрунтування доцільності діагностики координаційних здібностей тенісистів на початковому етапі підготовки / Антон Козак, Марина Ібраїмова // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – К., 2014. – № 2. – С. 19–22. *Особистий внесок здобувача полягає у постановці проблеми дослідження, аналізі літературних джерел, проведенні експериментальних досліджень та їх обговоренні, формулюванні підсумків.*

3. Козак А. М. Построение тренировочного процесса юных теннисистов с учётом специфики развития и контроля их координационных способностей / А. М. Козак, М. В. Ибраимова // Физическое воспитание студентов. – Харьков, 2014. – № 6. – С. 17–23. Журнал входить до міжнародних наукометричних баз даних: IndexCopernicus, Ulrich's Periodicals Directory; WorldCat; DOAJ; CABI; CAB direct; Google Scholar; Academic Journals Database; CORE; PBN. *Особистий внесок здобувача полягає у проведенні експериментальних досліджень, аналізі отриманих результатів.*

4. Козак А. Значущість розвитку координаційних здібностей під час навчання тенісу / Антон Козак, Марина Ібраїмова // Фізична культура, спорт і здоров'я нації. – Вінниця, 2014. – № 18, т. 2. – С. 78–83. *Особистий внесок здобувача полягає у проведенні експериментальних досліджень, аналізі отриманих результатів.*

5. Козак А. Система контролю й оцінювання координаційних здібностей тенісистів 5–6 років / Антон Козак // Спортивна наука України. – Львів, 2015. – № 4 (68). – С. 56–62.

Опубліковані роботи апробаційного характеру:

1. Козак А. М. Оптимізація процесу підготовки юних тенісистів на початковому етапі шляхом застосування програми міні-теніс / А. М. Козак, М. В. Ібраїмова // Матеріали міжнар. наук.-практ. конф. «Фізична культура і здоров'я людини: історія, сьогодні, майбутнє». – К., 2012. – С. 297–302. *Особистий внесок здобувача полягає у постановці проблеми дослідження, аналізі літературних джерел, формулюванні підсумків.*

2. Козак А. М. Совершенствование системы оценки координационных способностей юных теннисистов на начальном этапе подготовки / А. М. Козак, М. В. Ибраимова // Материалы XVIII Междунар. науч. конгр. «Олимпийский спорт и спорт для всех». – Алматы, 2014. – Т. 1. – С. 407–410. *Особистий внесок здобувача полягає у проведенні експериментальних досліджень, аналізі отриманих результатів.*

3. Козак А. М. Особенности спортивно-массовой работы по формированию здорового образа жизни с использованием игры в теннис / А. М. Козак, М. В. Ибраимова, Ю. С. Давидюк // Физическая культура и спорт в системе профессионального образования : сб. научных трудов по материалам Всерос. науч.-практ. конф. / под ред.: А. В. Дружинина, К. А. Рямовой. – Екатеринбург :

Уральский юридический институт МВД России, 2015. – С. 82–89. *Особистий внесок здобувача полягає у постановці проблеми дослідження, аналізі літературних джерел, формулюванні підсумків.*

АНОТАЦІЇ

Козак А. М. Контроль координаційних здібностей тенісистів 5–6 років на етапі початкової підготовки. – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання та спорту за спеціальністю 24.00.01 – олімпійський та професійний спорт. – Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, 2015.

Дисертаційне дослідження присвячене обґрунтуванню, розробці та апробації технології комплексного контролю та оцінювання рівня прояву координаційних здібностей тенісистів 5–6 років, яка полягає у застосуванні батареї інформативних, специфічних, адаптованих до віку дітей тестів та методики, яка дозволяє разом оцінити результати, відображені у різних умовних одиницях. Розроблено батарею з 30 педагогічних тестів, які розподілені на п'ять блоків (комплексів), для контролю кожного з 5 видів координаційних здібностей тенісистів 5–6 років.

Визначено орієнтовні показники рівня прояву координаційних здібностей тенісистів 5–6 років за кожним тестом з урахуванням віку та статі дітей. Наведено практичні рекомендації щодо проведення контролю рівня прояву їх координаційних здібностей. Рекомендовано використовувати диференційований підхід до розвитку координаційних здібностей з урахуванням рухових можливостей юних тенісистів даного віку.

Основні результати дослідження знайшли своє практичне застосування у тренувальному процесі ДЮСШ-1 м. Києва та «Українського тенісного центру» с. Святопетрівське, а також у навчальному процесі Національного університету фізичного виховання і спорту України на кафедрі спортивних ігор при викладанні дисципліни «Теорія і методика викладання обраного виду спорту».

Ключові слова: тенісисти 5–6 років, початкова підготовка, координаційні здібності, контроль, технологія, тести, модифікація, оцінювання.

Козак А. М. Комплексный контроль координационных способностей теннисистов 5–6 лет на этапе начальной подготовки. – Рукопись.

Диссертация на соискание учёной степени кандидата наук по физическому воспитанию и спорту по специальности 24.00.01 – олимпийский и профессиональный спорт. – Национальный университет физического воспитания и спорта Украины, Киев, 2015.

Диссертационное исследование посвящено обоснованию, усовершенствованию и апробации технологии комплексного контроля и оценивания уровня проявления координационных способностей теннисистов 5–6 лет на этапе начальной подготовки на основе применения специально разработанной батареи тестов и методики, которая позволяет вместе оценить результаты, выраженные в разных условных единицах.

Раскрыто структуру координационных способностей человека с позиций

разных отечественных и зарубежных авторов, особенности современного этапа начальной подготовки и «красного» уровня тенниса, предназначенного для обучения теннисистов 5–6 лет.

Подтверждено значение координационных способностей на этапе начальной подготовки в структуре физических способностей, определено влияние координационных способностей на эффективность овладения техникой игры в теннис, целесообразность комплексного контроля и модификации информативных тестов для контроля координационных способностей теннисистов 5–6 лет по итогам анкетирования тренеров.

Разработана батарея из 30 педагогических тестов, распределённых на 5 блоков (комплексов), для контроля 5 видов координационных способностей теннисистов 5–6 лет. Каждый блок составлен из разного количества тестов – от 4 до 10 в зависимости от количества составляющих каждой способности. Большинство тестов отобрано из специальной литературы, 11 из них – модифицировано, то есть адаптировано к возрастным особенностям детей 5–6 лет. Большинство авторских тестов разработаны с учётом специфики тенниса, их информативность определена по итогам сравнения их показателей с показателями информативных тестов. Разные тесты оценивались в разных единицах измерения, что обусловило необходимость применения специальной методики их оценивания.

Методика оценивания уровня проявления координационных способностей теннисистов 5–6 лет (как составляющая технологии) включает: перевод результатов всех тестов в единую систему баллов; выведение интегральных оценок по каждой способности с помощью специальной формулы и определение уровня проявления каждой способности путём сопоставления полученной интегральной оценки с установленными нормами; определение уровня значимости каждой координационной способности путём выведения весовых коэффициентов; определение итоговой оценки уровня проявления координационных способностей и соответствующего ей уровня развития путём сопоставления с установленными нормами.

Определены ориентировочные показатели проявления координационных способностей теннисистов 5–6 лет по каждому тесту, которые распределены на 5 уровней. Данные показатели выведены с учётом возраста и пола детей.

Приведены практические рекомендации по проведению контроля координационных способностей теннисистов 5–6 лет в течении одного месяца занятий трижды в году и образец-схема выявления динамики развития каждой координационной способности и уровня координационной подготовленности отдельного спортсмена. Рекомендовано использовать дифференцированный подход к развитию координационных способностей с учётом двигательных возможностей юных теннисистов.

Приведенные в диссертационном исследовании данные составили содержательную основу технологии комплексного контроля координационных способностей теннисистов 5–6 лет, которая является основой для индивидуализации и формирования специализированной направленности развития координационных способностей детей в тренировочном процессе на этапе начальной подготовки в

теннисе.

Основные результаты исследования нашли практическое применение в тренировочном процессе ДЮСШ-1 г. Киева и «Украинского теннисного центра» с. Святопетровское, а также в учебном процессе Национального университета физического воспитания и спорта Украины на кафедре спортивных игр при преподавании дисциплины «Теория и методика преподавания избранного вида спорта».

Ключевые слова: теннисисты 5–6 лет, начальная подготовка, координационные способности, контроль, технология, тесты, модификация, оценивание.

Kozak A. M. Integrated control coordination abilities of tennis players 5–6 years old at the stage of initial training. – Manuscript.

Thesis for a candidate degree in physical education and sports in specialty 24.00.01 – Olympic and professional sport. – National University of Physical Education and Sport of Ukraine, Kyiv, 2015.

Thesis is devoted to study, design and testing technologies integrated monitoring and evaluation of the manifestation of coordination abilities of tennis players 5–6 years, which is to use battery informative, specific, adapted to the age of children tests and methodology that allows to evaluate together the results are reflected in the different conditional units. Developed a battery that includes 30 educational tests and are divided into five blocks (facilities) to control each of the 5 types of coordination abilities of tennis players 5–6 years.

Defined benchmarks manifestation of coordination abilities of tennis players 5–6 years for each test based on age and sex of the children. Proposed the practical recommendations for the control of manifestation coordination skills of children. It is recommended to use a differentiated approach to the development of coordination abilities based on motor capabilities of young tennis players of this age.

The main results of the research have been practically implemented in the training process Coach-1 Kyiv-city and «Ukrainian tennis center» Svyatopetrivske village as well as in the educational process of the National University of Physical Education and Sport of Ukraine in the department of sports in teaching discipline «Theory and methods of teaching chosen sport».

Keywords: tennis players 5–6 years, initial training, coordination skills, control, technology, tests, modification, evaluation.

Підписано до друку 22.04.2016 р. Формат 60x90/16.
Ум. друк. арк. 0,9. Обл.-вид. арк. 0,9.
Тираж 100. Зам. 50.

«Видавництво “Науковий світ”»[®]
Свідоцтво ДК № 249 від 16.11.2000 р.
м. Київ, вул. Казимира Малевича (Боженка), 23, оф. 414.
200-87-15, 050-525-88-77
E-mail: nsvit23@ukr.net
Сайт: nsvit.cc.ua