



ISSN 2220-7481

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ, СПОРТ І КУЛЬТУРА ЗДОРОВ'Я У СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ

**Збірник наукових праць Східноєвропейського
національного університету імені Лесі Українки**

№4 (28)



Міністерство освіти і науки України
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ, СПОРТ І КУЛЬТУРА ЗДОРОВ'Я У СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ

Збірник наукових праць

Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки

№ 4 (28)



CiteFactor
Academic Scientific Journals

Universal Impact Factor
Scientifically derived Journal Impact Factor



Луцьк
Східноєвропейський національний університет
імені Лесі Українки
2014

Редакційна колегія

Цьось А. В. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки) (головний редактор);

Андрійчук О. Я. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки) (заступник головного редактора);

Балахнічов В. В. – доктор педагогічних наук, професор, президент Всеросійської федерації легкої атлетики (Росія);

Бергер Ю. – доктор габілітований, надзвичайний професор, проректор з розвитку (Державна вища школа імені Папи Римського Івана Павла II в м. Бялій-Подлясці) (Польща);

Вільчковський Е. С. – доктор педагогічних наук, професор, член-кореспондент АПН України (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки);

Давидов В. Ю. – доктор біологічних наук, професор (Поліський державний університет) (Білорусь);

Єдинак Г. А. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Львівський державний університет фізичної культури);

Коцан І. Я. – доктор біологічних наук, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки);

Круцевич Т. Ю. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Національний університет фізичного виховання і спорту України);

Лях Ю. Є. – доктор біологічних наук, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки);

Томенко О. А. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка);

Ягенський А. В. – доктор медичних наук, професор (Волинський обласний центр кардіоваскулярної патології та тромболізу);

Козіброцький С. П. – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки) (відповідальний секретар).

Белікова Н. О. – доктор педагогічних наук, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки) (заступник головного редактора);

Волков В. Л. – доктор педагогічних наук, професор (Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова);

Гусак П. М. – доктор педагогічних наук, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки);

Дубогай О. Д. – доктор педагогічних наук, професор (Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова);

Завидівська Н. Н. – доктор педагогічних наук, доцент (Львівський інститут банківської справи Університету банківської справи Національного банку України);

Куц О. С. – доктор педагогічних наук, професор (Херсонський державний університет);

Масловський Є. О. – доктор педагогічних наук, професор (Поліський державний університет) (Білорусь);

Пріма Р. М. – доктор педагогічних наук, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки);

Смолюк І. О. – доктор педагогічних наук, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки);

Ходінов В. М. – доктор із фізичної культури, ад'юнкт кафедри фізичної культури і здоров'я Радомської політехніки (Польща).

Ф 50 **Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві** : зб. наук. пр. Східноєвроп. нац. ун-ту ім. Лесі Українки / уклад. А. В. Цьось, С. П. Козіброцький. – Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2014. – № 4 (28). – 160 с.

У збірнику наукових праць подано окремі положення розвитку фізичної культури, фізичного виховання різних груп населення, підготовки фахівців для галузі. Охарактеризовано методи, засоби тренування, особливості підготовки спортсменів, адаптації організму людей різного віку в процесі фізичного виховання, адекватність яких підкріплюється педагогічними, психологічними та медично-біологічними експериментами.

Журнал є науковим фаховим виданням України, у якому можуть публікуватися результати дисертаційних робіт на здобуття наукових ступенів доктора і кандидата наук за напрямками «Фізичне виховання і спорт» (дивитися додаток до постанови президії ВАК України від 10 лютого 2010 р. № 1-05/1) та «Педагогічні науки» (дивитися додаток до постанови президії ВАК України від 26 травня 2010 р. № 1-05/4).

Збірник наукових праць відображається в базах даних IndexCopernicus; Polska Bibliografia Naukowa; Ulrich's Periodicals Directory; Directory of Research Journal Indexing; реферативній базі даних «Україніка наукова».

УДК 796 (Д 82)
ББК 75 Я 43

Морфофункциональные показатели высококвалифицированных гребцов на байдарках и каноэ

*Полесский государственный университет (Республика Беларусь¹);
Министерство спорта и туризма (Республика Беларусь²)*

Постановка научной проблемы и её значение. Анализ исследований по проблеме. Проблема спортивного отбора и селекции является одной из основных теоретических и прикладных медико-биологических проблем физической культуры и спорта. Развитие теории спортивного отбора влияет на уровень спортивных достижений и на развитие спортивной науки в целом. Целью спортивной деятельности является достижение максимально возможного для конкретного индивидуума спортивного результата. В этой связи актуальными являются исследования индивидуальных возможностей спортсменов.

Рост спортивных достижений в большинстве видов спорта, в том числе и гребле на байдарках и каноэ, требует дальнейшего изучения индивидуальных возможностей спортсменов.

Оценка индивидуальных возможностей и выявление перспективных спортсменов в современных условиях спорта высших достижений приобретает особую значимость, способствуя повышению эффективности тренировочного процесса [2; 4].

В современных условиях спорта высших достижений особую значимость приобретает выявление наиболее одаренных, перспективных спортсменов, т. к. рекордные достижения характерны для тех из них, которые обладают наиболее оптимальными показателями, характерными для данного вида спорта. С одной стороны, спортсмены, отличающиеся по своим морфологическим, функциональным, психологическим особенностям, по-разному адаптируются к различным условиям деятельности, с другой – целенаправленная деятельность оказывает влияние на отбор наиболее одаренных спортсменов и на формирование у них специфического морфофункционального статуса [5].

В данной работе раскрыты результаты антропологического обследования высококвалифицированных гребцов на байдарках и каноэ Республики Беларусь

Организация и методы исследования. Исследования проводились на тренировочных базах Республики Беларусь. Всего в них приняло участие 42 спортсмена обоего пола от МС до ЗМС, все члены национальной команды Республики Беларусь по гребле на байдарках и каноэ. Исследования проводили на тренировочных базах Республики Беларусь.

Обследование включало антропометрические измерения [1], анализ компонентов состава массы тела [7], биологического возраста [6], оценку морфофункционального состояния гребцов, что проводилась с использованием специальных шкал для оценки морфофункциональной пригодности юношей и девушек 10–18 лет к занятиям греблей на байдарках и каноэ по методике [3].

Математическая обработка результатов исследования проводилась с помощью программы «MS Excel» (версия 7.0).

Изложение основного материала и обоснование полученных результатов исследования. Сопоставление показателей стажа занятий у сильнейших гребцов на байдарках и каноэ показывает, что наибольший стаж отмечен в группе каноистов – $13,1 \pm 3,33$, наименьший – в группе каноисток и байдарочниц – $10,1 \pm 3,36$ – $10,1 \pm 3,70$ лет. Различия и у мужчин, и у женщин не достоверны ($p > 0,05$).

Наибольший возраст отмечен в группе каноистов – $25,6 \pm 3,68$, наименьший – в группе каноисток – $23,0 \pm 3,70$. Различия и у мужчин, и у женщин не достоверны ($p > 0,05$).

Анализ показателей длины и массы тела высококвалифицированных гребцов на байдарках и каноэ представлен на рис. 1.

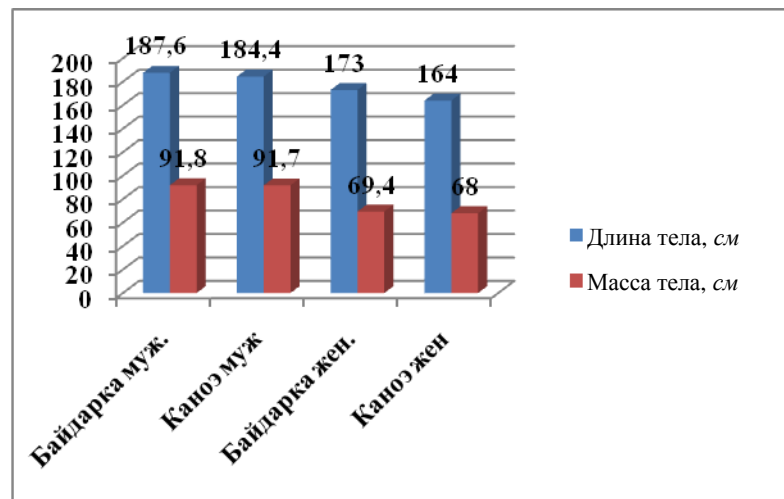


Рис. 1. Показатели длины и массы тела высококвалифицированных гребцов на байдарках и каноэ

При сопоставлении этих показателей выявлено, что наибольшие значения длины тела отмечены у гребцов на байдарках – $187,6 \pm 1,51$, наименьшие – у каноистов – $184,4 \pm 6,13$, различия достоверно значимы ($p < 0,05$). У женщин наибольшие показатели длины тела отмечены у байдарочниц – $173,0 \pm 5,18$, наименьшие – у каноисток ($168,7 \pm 4,37$). Различия достоверно значимы ($p < 0,001$).

Наибольшая масса тела характерна для гребцов на байдарках ($91,8 \pm 25,1$), наименьшие значения отмечены у каноистов ($91,7 \pm 6,74$), у женщин наибольшие значения – у байдарочниц ($69,4 \pm 4,74$), наименьшие – у каноисток ($68,0 \pm 1,01$). Различия не достоверны и в мужских группах, и в женских ($p > 0,05$).

Можно отметить, что высокие показатели жизненной емкости легких фиксируются у байдарочников ($6057,0 \pm 950,9$), наименьшие – у каноистов ($5723,1 \pm 920,9$), у женщин отмечена аналогичная тенденция, наибольшие значения имеют байдарочницы ($3886 \pm 338,5$), наименьшие – каноистки ($3300 \pm 202,0$). Различия достоверны и в мужских группах, и в женских ($p < 0,05$).

По показателю кистевой динамометрии сильнейшей руки наибольшие значения отмечены у каноистов ($51,8 \pm 11,04$), наименьшие – у байдарочников ($50,9 \pm 11,9$), у женщин отмечается аналогичная тенденция, наибольшие значения имеют каноистки ($30,3 \pm 3,70$), наименьшие – байдарочницы ($29,8 \pm 3,70$). Различия не достоверны и в мужских группах, и в женских ($p > 0,05$).

Показатели компонентов состава массы тела высококвалифицированных гребцов на байдарках и каноэ представлены на рис. 2.

Наименьшие значения абсолютной жировой массы (кг) отмечены у байдарочников ($8,08 \pm 2,01$), наибольшие – у каноистов ($8,68 \pm 2,82$), у женщин наблюдается аналогичная тенденция, у байдарочниц – $9,30 \pm 2,49$, у каноисток – $10,02 \pm 1,64$. Различия не достоверны и в мужских группах, и в женских ($p > 0,05$).

Наименьшие показатели относительной жировой массы (%) имеют каноисты – $9,62 \pm 2,49$, наибольшие – байдарочники ($9,94 \pm 3,42$). Наименьшие значения относительной жировой массы (%) характерны для байдарочниц ($13,21 \pm 3,63$), наибольшие – для каноисток ($14,72 \pm 1,49$). Различия не достоверны ($p > 0,05$).

Для гребцов-каноистов присущи наибольшие значения абсолютной мышечной массы (кг) – $49,00 \pm 3,72$, для байдарочников – наименьшие ($47,61 \pm 2,21$). Различия достоверно значимы ($p < 0,5$). У женщин наибольшие значения отмечены у байдарочниц ($35,51 \pm 3,02$), наименьшие – у каноисток ($35,47 \pm 2,04$). Различия не достоверны ($p > 0,05$).

Наибольшие значения относительной мышечной массы (кг) отмечены у гребцов-каноистов ($53,85 \pm 1,95$), наименьшие – у байдарочников ($52,70 \pm 1,87$). У женщин наибольшие значения имеют каноистки ($52,18 \pm 3,05$), наименьшие – байдарочницы ($51,15 \pm 2,77$). Различия не достоверны в мужской и женской выборках ($p > 0,05$).

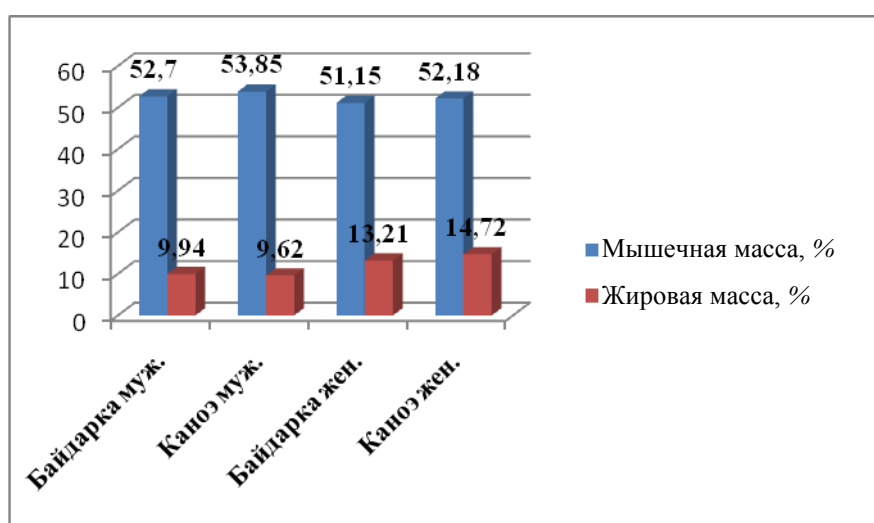


Рис. 2. Показатели компонентов состава массы тела высококвалифицированных гребцов на байдарках и каное, %

Наибольшие значения тестов О. Попеску (размаха рук) свойственны для каноистов – $200,0 \pm 4,60$, наименьшие – для байдарочников ($189,3 \pm 10,4$). У женщин наибольшие значения этого показателя отмечались у байдарочниц – $175,7 \pm 5,19$, наименьшие – у каноисток ($167,0 \pm 7,74$). Различия достоверно значимы ($p < 0,05$).

Длина тела в положении сидя с вытянутыми вверх руками больше у каноистов ($151,4 \pm 3,37$), меньше – у байдарочников ($148,8 \pm 6,44$). У женщин наибольшие значения имеют байдарочницы ($136,6 \pm 2,96$), наименьшие – каноистки ($133,5 \pm 4,21$). Различия достоверны ($p < 0,05$).

Длина тела в положении сидя до 7-го шейного позвонка наибольшая у байдарочников ($72,7 \pm 1,84$), наименьшая – у каноистов ($70,6 \pm 0,31$). Различия достоверны ($p < 0,05$). У женщин отмечена аналогичная тенденция, наибольшие значения имеют байдарочницы, наименьшие – каноистки ($65,1 \pm 2,70 - 62,3 \pm 2,09$). Различия достоверны ($p < 0,05$).

Оценка морфофункционального состояния гребцов проводилась с использованием специальных шкал для оценки морфофункциональной пригодности юношей и девушек 10–18 лет к занятиям по гребле на байдарках и каное по методике В. Ю. Давыдова с соавтами, [4]. Итоговая оценка морфофункционального состояния рассчитывалась как средний балл из суммы оценок по всем признакам шкалы.

Большинство обследуемых спортсменов обоего пола (табл. 1) отнесено к уровню морфологического состояния выше среднего – 61,90 %, к высокому уровню морфологического состояния отнесено 4,30 % контингента и 23,8 % спортсменов – к среднему уровню морфологического состояния; низкое и ниже среднее морфологические состояния в исследованиях не встречались.

Морфофункциональное состояние высококвалифицированных гребцов на байдарках и каноэ

Морфологическое состояние	Σ	Низкое		Ниже среднего		Среднее		Выше среднего		Высокое	
		п	п	%	п	%	п	%	п	%	п
Байдарка♂	14	-	-	-	-	2	14,29	8	57,14	4	28,57
Каноэ♂	12					2	16,67	8	66,66	2	16,67
Байдарка♀	7					2	28,57	5	71,43	-	-
Каноэ♀	9					4	44,45	5	55,55	-	-
Σ	42					10	23,80	26	61,90	6	14,30

Выводы й перспективы дальнейших исследований. Проведенное антропологическое исследование позволяет в целом оценить уровень морфофункционального развития высококвалифицированных гребцов на байдарках и каноэ и дать практические рекомендации тренерам по индивидуальной коррекции тренировочного процесса на различных этапах подготовки.

Установлены модельные параметры морфофункциональных показателей и показателей компонентов состава массы тела сильнейших квалифицированных гребцов на байдарках и каноэ обоего пола 17–35 лет.

Большинство обследуемых высококвалифицированных гребцов обоего пола отнесено к высшему, чем средний, уровню морфологического состояния – 61, 90 %; к высокому – 14,30 % исследуемого контингента; 23,80 % спортсменов отнесено к среднему уровню морфологического состояния; низкое и ниже среднее морфологические состояния у высококвалифицированных спортсменов нам не встречались.

Источники и литература

1. Бунак В. А. Антропометрия / В. А. Бунак. – М. : Учпедгиз, 1941. – 250 с.
2. Давыдов В. Ю. Теоретические основы спортивного отбора и специализации в олимпийских водных видах спорта дистанционного характера : авторф. дис. ... д-ра биол. наук / В. Ю. Давыдов. – М. : МГУ, 2002. – 40 с.
3. Давыдов В. Ю. Морфологические критерии отбора в греблю на байдарках и каноэ : метод. рек. / В. Ю. Давыдов, Ю. М. Созин, В. В. Прохоренко. – Волгоград, 1990. – 23 с.
4. Давыдов В. Ю. Отбор и ориентация пловцов по показателям телосложения в системе многолетней подготовки (теоретические и практические аспекты) : монография / В. Ю. Давыдов, В. Б. Авдиенко. – М. : Сов. спорт, 2014. – 384 с.
5. Мартиросов Э. Г. Морфологический статус человека в экстремальных условиях спортивной деятельности / Э. Г. Мартиросов // Итоги науки и техники: антропология. – М., 1985. – Т.1. – С. 100–153.
6. Тимакова Т. С. Многолетняя подготовка пловца и ее индивидуализация / Т. С. Тимакова. – М. : Физкультура и спорт, 1985. – 144 с.
7. Matiegka J. The testing of physical efficiency / J. Matiegka // Amer., Journal of Physiol. Antropol. – 1921. – Vol. 4. – P.133–230.

Аннотации

Достижение высоких спортивных результатов в гребле на байдарках и каноэ зависят от постоянного научного изучения индивидуальных возможностей спортсменов. Выявление перспективных спортсменов в современных условиях спорта высших достижений приобретает особую значимость, способствуя повышенной эффективности тренировочного процесса

Ключевые слова: спортивный отбор, морфофункциональное состояние, антропометрические показатели, гребцы на байдарках и каноэ.

Володимир Давидов, Володимир Шантарович, Олександр Журавський, Анна Королевич. Морфофункціональні показники висококваліфікованих гребців на байдарках і каное. *Досягнення високих спортивних результатів у веслуванні на байдарках і каное залежать від постійного наукового вивчення індивідуальних можливостей спортсменів. Виявлення перспективних спортсменів у сучасних умовах спорту вищих досягнень набуває особливої значущості, сприяючи підвищенню ефективності тренувального процесу*

Ключові слова: спортивний відбір, морфофункціональний стан, антропометричні показники, весляри на байдарках і каное.

Volodymyr Davydov, Volodymyr Shantarovych, Oleksandr Zhuravsky, Anna Korolevych. Morphofunctional Indices of Highly Qualified Kayakists and Canoeists of the Republic. *Achievements of high sports results in kayaking*

Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : збірник наукових праць... № 4 (28), 2014

and canoeing depend on constant scientific study of individual possibilities of sportsmen. Discovery of perspective sportsmen in modern conditions of high achievements posrt obtains special meaning, facilitating training process effectiveness.

Key words: *sports selection, morphofunctional condition, anthropometric indices, kayakists and canoeists.*

ЗМІСТ

Історичні, філософські, правові й організаційні проблеми фізичної культури

Геннадій Буткевич, Олександр Шевченко, Володимир Яловик

Альтернативні олімпійському руху змагання: робітничі Олімпіади та Спартакіади.....5

Надія Карабанова, Анатолій Карабанов, Тетяна Суворова

Організація та проведення маркетингового дослідження в спортивних установах.....11

Михайло Ковінько

Сутнісна характеристика фізичної культури й культури здорового способу життя в сучасному суспільстві.14

Професійна підготовка фахівців фізичної культури та спорту

Анатолій Войнаровський, Вадим Смолюк

Підготовка спеціалістів зі спортивної дисципліни «Футбол» за допомогою дистанційного навчання19

Ірина Давидюк

Оздоровчо-спортивна робота в підготовці вчителів початкових класів.....22

Ярослав Ніфака, Олександр Швай

Спортивно-педагогічне вдосконалення з плавання та способи підвищення ефективності його викладання.25

Педагогічні технології навчання фізичної культури

Nataliia Bielikova, Svitlana Indyka

Formation of the Operational-actionable Component of the Future Physical Rehabilitation Specialists' Readiness to Health Protection Activity.30

Віктор Голуб, Ярослав Кравчук, Віктор Слюсарчук

Комплексне виховання фізичних та моральних якостей у процесі фізичної підготовки юних футболістів 8–9 років.....35

Володимир Захожий, Наталія Захожа, Нінель Мацкевич

Самостійні заняття в системі навчання фізичної культури школярів.....39

Олександр Томенко, Анастасія Старченко

Вплив інноваційної технології оптимізації фізкультурної освіти старших дошкільнят на показники їхньої фізкультурної освіченості й рівень захворюваності.44

Іван Салатенко

Вплив спортивно орієнтованої технології фізичного виховання на показники психофізичних якостей студенток економічних спеціальностей.....49

Олена Ярмошук, Галина Власюк

Умови ефективного проведення дидактичних ігор у процесі підготовки фахівців із фізичної культури й спорту.55

Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення

Ярослав Вітос

Вплив занять східними одноборствами на показники психофізіологічного розвитку дітей 5–6 років.....58

Олексій Горпинич

Вплив занять рукопашним боєм у комплексі з психологічним тренінгом на підвищення рівня адаптації до навчально-службової діяльності курсантів.....61

Вікторія Кириченко

Порівняльний аналіз специфічних проявів координаційних здібностей хлопчиків та дівчаток основної школи65

Юрій Лях, Тетяна Шевчук, Оксана Усова

Модель класифікації розподілу школярів на медичні групи з фізичного виховання70

Сергій Ніколаєв, Юрій Ніколаєв	
Порівняльна характеристика фізичного розвитку, фізичної працездатності та м'язової сили школярів 11–12 років.....	74
Олесь Пришва	
Вплив інтенсивності фізичної активності чоловіків зрілого віку на їхній фізичний стан.....	77
Анатолій Цьось, Андрій Шевчук, Ольга Касарда	
Рухова активність у мотиваційно-ціннісних орієнтаціях студентів	83
Лідія Щур	
Особливості здоров'язберігального навчання та професійної діяльності майбутніх фахівців сфери візуально-просторового мистецтва.....	87

Лікувальна фізична культура, спортивна медицина й фізична реабілітація

Ольга Андрійчук	
Комплексна оцінка результативності реалізації програми з фізичної реабілітації хворих на гонартроз.....	92
Іван Смолюк, Вадим Смолюк	
Фізична реабілітація студентів засобами оздоровчо-лікувальної фізичної культури.....	99

Олімпійський і професійний спорт

Николай Безмылов	
Современная классификация баскетболистов по игровым амплуа	104
Владимир Давыдов, Владимир Шантарович, Александр Журавский, Анна Королевич	
Морфофункциональные показатели высококвалифицированных гребцов на байдарках и каноэ.	108
Петро Дробний, Євген Козак	
Порівняльний аналіз участі чоловічих збірних команд України з провідними командами Європи в юніорських, молодіжних і національних чемпіонатах Європи з волейболу та чемпіонів і призерів Європи.....	112
Оксана Заплатинська	
Особливості класифікації стрибків з урахуванням ритмічної структури в художній гімнастиці.	117
Іван Ганчар	
Стандартизація й індивідуалізація в сучасних єдиноборствах.....	121
Світлана Калитка, Світлана Савчук, Надія Карабанова	
Фізична підготовленість дівчат 14–15 років, які спеціалізуються з бігу на 800 м	126
Тамара Кутек	
Управління багаторічною підготовкою кваліфікованих спортсменок-легкоатлеток.....	130
Михайло Мороз, Тетяна Суворова, Надія Карабанова	
Формування вольової сфери юних важкоатлетів у процесі спортивної діяльності	134
Алексей Попов	
Теоретико-методические проблемы физической подготовленности юных футболистов	138
Елена Шевченко, Оксана Осадча, Мария Левон, Яна Зиневич	
Особенности изменений клеточного иммунитета у спортсменов-легкоатлетов в зависимости от степени физической нагрузки.....	143
Наші автори.....	149
Інформація для авторів	155