

©Кривенцова І., Клименченко В., Самойлов Д., 2022
<https://doi.org/10.5281/zenodo.7249081>

МІСЦЕ ВИДІВ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ЮНИХ ФЕХТУВАЛЬНИКІВ 10-12 РОКІВ

*Кривенцова Ірина
Клименченко Вікторія
Самойлов Дмитро*

Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди

Анотація. Процес підготовки кваліфікованих спортсменів потребує постійного вивчення. Необхідно враховувати сучасні умови та особливості навчально-тренувального процесу, вносити корегування у методику навчання. *Мета дослідження* – за результатами анкетування фахівців, визначити ступінь важливості спеціальних здібностей та якостей юних фехтувальників 10-12 років у тренувальному процесі на етапі базової підготовки. *Учасники.* В анкетуванні взяли участь провідні тренери та кваліфіковані фехтувальники Харківщини (n=21). *Методи організації дослідження:* педагогічні спостереження, бесіди, анкетування, аналіз спеціальної літератури, методи математичної статистики обробки отриманих результатів. *Результати.* Фехтування є складно-координаційним видом спортивного єдиноборства з використанням холодної зброї. На основі аналізу спеціальної літератури було розроблено анкету та проведено анкетування фахівців фехтувального спорту. За основні складові загальної підготовленості фехтувальника було обрано: інтелектуальний розвиток (знання, вміння, навички); фізичний розвиток (антропометричні дані та психосоматика); фізичні якості; технічна підготовленість; тактична підготовленість (розуміння, вміння, навички). За результатами анкетування встановлено рівні значущості означених показників особистості юного фехтувальника. Також визначено їхнє місце на етапі базової підготовки. *Висновки.* Найважливішими названі інтелектуальні вміння (95,23%) та навички (90,47%); розвиток спритності (61,90%) та швидкості (42,85%); розуміння фехтувальником мети виконання технічних прийомів (71,42%).

Ключові слова: фехтування, інтелектуальна, технічна, тактична, підготовка, фізичний розвиток, фізичні якості.

PLACE OF TRAINING TYPES OF 10-12 YEARS OLD YOUNG FENCERS. Kryventsova Iryna, Klymenchenko Victoriya, Samoylov Dmytro.

Abstract. The process of training of qualified athletes requires constant study. It is necessary to take into account modern conditions and peculiarities of the educational and training process, to make adjustments to the teaching methodology. *The purpose* of the study is to determine the degree of importance of special abilities and qualities of young fencers aged 10-12 years in the training process at the stage of basic training, based on the results of a survey of experts. *Participants.* Leading

coaches and qualified fencers of Kharkiv Region (n=21) took part in the survey. *Methods of research organization:* pedagogical observations, interviews, questionnaires, analysis of special literature, methods of mathematical statistics for processing the obtained results. *Results:* Fencing is a complex-coordinating type of martial arts with the use of cold weapons. Based on the analysis of special literature, a questionnaire was developed and a survey of fencing experts was conducted. The main components of a fencer's overall preparation were chosen as follows: intellectual development (knowledge, skills, abilities); physical development (anthropometric data and psychosomatics); physical qualities; technical readiness; tactical preparedness (understanding, ability, skills). According to the results of the survey, the levels of significance of the specified indicators of the young fencer's personality were established. Their place at the stage of basic training is also determined. *Conclusions:* Intellectual abilities (95.23%) and skills (90.47%) were named as the most important; development of dexterity (61.90%) and speed (42.85%); the fencer's understanding of the purpose of performing technical techniques (71.42%).

Keywords: fencing, intellectual, technical, tactical, training, physical development, physical qualities

Вступ. Підготовка фехтувальників, як і спортсменів інших видів спорту, потребує постійного вивчення, корегування методики навчання з урахуванням сучасних умов та особливостей навчально-тренувального процесу. Фізична та функціональна підготовленість є базисом формування та вдосконалення спеціальних рухових навичок. Також надзвичайно важливу роль відіграє розуміння тактики фехтувального спорту (Кривенцова І. В., Лиманський П. П., 2020). Як наголошує Трушникова Г. Я., ефективна змагальна діяльність фехтувальників може бути забезпечена належним рівнем розвитку сили окремих груп м'язів, швидкості, гнучкості, витривалості, координаційних здібностей.

На думку дослідників (Дрюков, В., 2013; Хохла, А., 2014 та ін.), у системі тренування фехтувальників комплексна проблема фізичної підготовки вивчена недостатньо. Хоча, фехтування, як вид спортивного одноборства характеризується швидкістю різноманітних рухів, їхньою неочікуваною зміною. Відповідно, на досягнення високих спортивних результатів впливають не тільки техніко-тактичні вміння та навички, а й оптимальний розвиток функціональних можливостей і фізичних якостей.

Аналіз змагальної діяльності фехтувальників на сучасному етапі розвитку спорту доводить, що рухи фехтувальників під час двобію характеризуються високою складністю та різноманітністю. Вони складаються з підготовчих дій,

прийомів нападу та захисту. Крім того, виконання атак, захистів з відповіддю, обманних дій тощо. Це вимагає адекватних, швидких і своєчасних рухів. Що у свою чергу, потребує формування, розвитку та удосконалення специфічних складно-координаційних навичок (узгодженої роботи) озброєної руки та ноги, що знаходиться попереду; варіативних ритмічних характеристик окремих рухів і темпу їх виконання, швидкості реакції і рухів, спеціальної спритності та витривалості. До того ж, оптимальна структура навіть типових рухів фехтувальника залежить від рівня розвитку його рухових якостей, що підтверджується зв'язком між експертною оцінкою техніки виконання прийомів нападу та показників швидкісно-силової підготовленості [3, 4, 6].

У монографії львівських науковців (Бріскін, Ю. А., Задорожна, О. Р., Пітин, М. П., & інші, 2018) визначені провідні фізичні якості що притаманні фехтувальникам-шпажистам: вибухова сила, швидкість, координаційні здібності. У структурі координаційних якостей, перш за все, виділяють сприйняття й аналіз власних рухів, наявність образів, динамічних, тимчасових і просторових характеристик рухів власного тіла та окремих його частин в їхній складній взаємодії, розуміння рухового завдання, що стоїть перед спортсменом, формування плану і конкретного способу виконання руху.

Харківщина, вже багато десятиліть поспіль, славиться своїми видатними фехтувальниками. Серед них: Михайло Тишко, Галина Дроговальова, Віктор та Володимир Соколови, В'ячеслав Данилов, Олександр Горбачук, Дмитро Карюченко, Максим Хворост, Олександр Димар, Ольга Петрюк, Роман Свічкарь і багато інших. Постає необхідність дослідити опит харківської фехтувальної школи. З'ясувати, яким чином відбувається відбір та які саме види підготовки домінують на певних етапах формування та зростання фехтувальника.

Дослідження виконано відповідно до теми НДР кафедри теорії, методики і практики фізичного виховання ХНПУ імені Г.С. Сковороди, № державної реєстрації 0120U104252.

Мета та завдання дослідження. *Мета* роботи – дослідити роль та місце видів підготовленості у навчально-тренувальному процесі юних фехтувальників 10-12 років на етапі базової підготовки.

Відповідно до мети ми відокремили наступні *завдання*: 1. Дослідити особливості тренувального процесу на етапі базової підготовки; 2. Розробити анкету рівнів значущості окремих видів підготовки фехтувальників; 3. Провести анкетування фахівців фехтувального спорту; 4. Провести аналіз результатів розробленого анкетування.

Матеріали та методи дослідження. В анкетуванні взяли участь 21 фахівець фехтувального спорту. Серед них 2 заслужених тренери України; досвідчені та молоді тренери, спортсмени високої кваліфікації.

В роботі були застосовані наступні *методи* наукового дослідження: аналіз спеціальної літератури, педагогічні спостереження, бесіди, анкетування, методи математичної статистики обробки отриманих результатів.

В анкетуванні було запропоновано оцінити рівень розвитку структурованих якостей фехтувальників на етапі базової підготовки. Респонденти мали можливість обрати якості за ступнем важливості. Оцінка «5» - високий ступінь важливості якостей, «4» - вищий за середній; «3» - середній; «2» - низький.

Результати дослідження. За результатами аналізу спеціальної літератури нами було розроблено анкету для визначення рівнів значущості видів підготовленості фехтувальників. Теоретичну підготовку ми розширили до знань, вмінь і навичок інтелектуального розвитку. Фізична підготовка представлена рівнями фізичного розвитку (з урахуванням антропометрії і психосоматики) та п'яти фізичних якостей. Також ми відокремили технічну і тактичну підготовленість. Одразу зауважимо, що жоден респондент, на запропоновані в анкеті складові підготовленості, не надав низьку оцінку. А це означає, що всі якості мають значення. Відповіді коливалися у межах між високий та середній ступінь значущості.

За результатами анкетування (табл.1) переважна більшість респондентів (95,23%) вважає, що для юних фехтувальників на етапі базової підготовки

надзвичайно важливим є вміння вислуховувати співрозмовника, сприймати інформацію, переказувати, пояснювати тощо. Також важливими вважаються навички аналізувати, оцінювати та засвоювати необхідні знання (90,47%). Тобто, людина повинна постійно розвиватися. А от загальна ерудиція в цьому розділі питань отримала найменший бал, бо для успішного розвитку фізичних якостей у юних фехтувальників не обов'язково знати в якому році відбувся страйк Спартака, або що означає певний термін точних наук.

Таблиця 1.

Результати анкетування фахівців (n=21), щодо рівня значущості видів підготовленості юних фехтувальників 10-12 років

№	Основні складові	Показники якостей	Оцінка, бали			
			5 (%)	4 (%)	3 (%)	2 (%)
1.	Інтелектуальний розвиток	Знання (загальна ерудиція)	38,09	42,85	19,04	-
		Вміння (вислуховувати співрозмовника, сприймати інформацію, пояснювати тощо)	95,23	4,76	-	-
		Навички (аналізувати, оцінювати, засвоювати тощо)	90,47	9,52	-	-
2.	Фізичний розвиток	Антропометричні дані	-	23,80	76,19	-
		Психосоматика	28,57	71,42	-	-
3.	Фізичні якості	Гнучкість	9,52	23,80	66,66	-
		Спритність	61,90	38,09	-	-
		Швидкість	42,85	57,14	-	-
		Сила	-	23,80	76,19	-
		Витривалість	19,04	23,80	57,14	-
4.	Технічна підготовленість	Розуміння рухів виконання технічних прийомів	28,57	52,38	19,04	-
		Вміння виконувати	19,04	28,57	52,38	-
		Навички виконання технічних прийомів	23,80	61,90	14,28	-
5.	Тактична підготовленість	Розуміння мети виконання технічних прийомів	71,42	-	28,57	-
		Вміння застосовувати прийоми в бою	38,09	28,57	33,33	-
		Навички тактики ведення бойової діяльності	47,61	-	52,38	-

У другому розділі питань, респонденти у своїй більшості (76,19%) відповіли, що антропометричні данні лише опосередковано можуть впливати на зростання фехтувальної майстерності. І це дійсно так, бо вага, зріст, довжина кінцівок тощо не є визначальними. А от психосоматику, як індивідуальні

особливості при формуванні стилів бойової діяльності, зазначили як більш значущу від високого (28,57 %) до середнього значення (71,42%).

У третьому розділі питань, кожен респондент виказав власне ставлення до розвитку фізичних якостей, але всі погодилися, що найважливішими якостями для фехтувальників на етапі базової підготовки є спритність (61,9% та 38,09%) та швидкість (42,85% та 57,14%). Розвиток гнучкості, сили та витривалості є більш важливим на інших етапах підготовки.

Більшість респондентів відмітили достатню важливість розуміння рухів виконання технічних прийомів, а також навички виконання технічних прийомів.

Виявилося важливим розуміння мети виконання технічних прийомів (71,42%). А от думки, щодо важливості вміння застосовувати прийоми в бою, та навички тактики ведення бойової діяльності розділилися майже на рівні частини.

Висновки. Аналіз спеціальної літератури доводить, що фехтувальний спорт не втрачає своєї актуальності щодо гармонійного розвитку фізичних, інтелектуальних та морально-вольових якостей. Пошук оприлюднених новітніх досліджень щодо підготовки фехтувальників викликає певні складності. Аналіз анкетування провідних тренерів та спортсменів-фехтувальників показав, що на етапі базової підготовки: важливішим є інтелектуальний розвиток особистості; серед фізичних якостей на першому місці спритність; розуміння мети виконання технічних прийомів також має формуватися саме на цьому етапі підготовки фехтувальника.

Перспективами подальших досліджень є розробка, впровадження та оцінка ефективності програми розвитку координаційних здібностей юних шпажистів на етапі базової підготовки.

Література

1. Бріскін Ю. А., Задорожна, О. Р., Пітин, М. П., & інші. Інноваційні засоби підготовки спортсменів у фехтуванні : монографія. Львів : ЛДУФК, 2018, 282 с.
2. Дрюков В. Фізична підготовка фехтувальників-шаблістів на етапі попередньої базової підготовки. *Спортивна наука України*, 2013. (2). С. 35-38.

3. Кривенцова І. В., Горбачук Є. О. Динаміка підготовленості юних шпажистів 9-11 років під впливом розробленої програми. *Фізична культура і спорт. Виклики сучасності* : зб. статей наук.-практ. конференції, ХНПУ імені Г.С. Сковороди, 25-26.11.2021 м. Харків, 2021. С.49-53.
4. Кривенцова І. В., Калашнік А. В. Особливості розвитку фізичних якостей у шпажистів 10-12 років. *Технології збереження здоров'я, реабілітація і фізична терапія*. зб. статей XIII міжнародної наукової конференції, 26-27 листопада 2020 р. Харків-Торунь, 2020. С.134-138.
5. Кривенцова І. В., Лиманський П. П. Динаміка показників результативності бойової діяльності у шпажистів 10-12 років під впливом авторської програми. *Єдиноборства*. Харків, 2020. 4(18). С.16-24.
6. Линець М. М. Основи методики розвитку координаційних якостей. Лекція з навчальної дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів». 2015. [Електр. ресурс]. Режим доступу : <https://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/3954/1/Тема%20№12%20Основи%20методики%20розвитку%20координаційних%20якостей.pdf>
7. Трушникова Г. Я. Подбор средств и методов для решения задач тренировки силовых, координационных и скоростных способностей в фехтовании. 2010. [Электр. ресурс]. Режим доступа: <http://www.dushlobnya.ru/metodrabota.html>
8. Хохла А. І. Диференціація фізичної підготовки фехтувальників-шпажистів на етапі попередньої базової підготовки: автореф. дис. ... канд. наук. з фіз. виховання та спорту : [спец.] 24.00.01 "Олімпійський і професійний спорт" / Хохла Алла Ігорівна ; Львів. держ. ун-т фіз. культури. Львів, 2014. 20 с.