

Аналіз розвитку координаційних здібностей у юних бейсболістів 10-12 років

Гринченко І.Б., Буяло В.В., Карпунець Т.В.

Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди

Анотація. Проведене тестування координаційних здібностей у юних бейсболістів групи початкової підготовки (ГПП-1) віком 10-12 і школярів відповідного віку що не займаються цим видом спорту за розробленою методикою Д.В. Агапова. Виявлена достовірна різниця ($p < 0,05$) між показниками формування координаційних здібностей за просторовими, часовими і силовими параметрами у юних бейсболістів і школярів, що не займаються бейсболом.

Ключові слова: бейсбол, школярі, координація, тестування.

Аннотация

Проведено тестирование координационных способностей у юных бейсболистов группы начальной подготовки (ГНП-1) 10-12 лет и школьников соответствующего возраста не занимающихся этим видом спорта по разработанной методике Д.В. Агапова. Выявлена достоверная разница ($p < 0,05$) между показателями формирования координационных способностей по пространственным, временным и силовыми параметрами у юных бейсболистов и школьников, которые не занимаются бейсболом.

Ключевые слова: бейсбол, школьники, координация, тестирование.

Abstract

Coordination abilities were tested among young baseball players of the initial training group (ITG-1) including 10-12 years old players and schoolchildren of the corresponding age who are not involved in this sport according to the developed technique by D.V. Agapov. A significant difference ($p < 0.05$) was revealed between the indicators of the formation of coordination abilities in terms of spatial, temporal and strength parameters among young baseball players and schoolchildren who are not involved in baseball.

Key words: baseball, schoolchildren, coordination, testing.

Вступ. Ігрова діяльність в бейсболі характеризується складною руховою координацією. Освоєння і вдосконалення техніки гри в бейсбол багато в чому залежить від здібностей підлітків точно і координовано виконувати рухові дії. [2, 3, 8]. Формування рухових навичок у бейсболістів, відбувається на етапах початкової та попередньої базової підготовки [1]. Наукові дослідження в цьому напрямку свідчать, що ігрова ефективність в бейсболі залежить від просторово-часових характеристик ігрових дій, які в свою чергу, обумовлюються морфо-функціональними особливостями розвитку організму [6, 7]. Бейсбол також є основним засобом і методом розвитку різноманітних координаційних здібностей [5]. Стає актуальним питання щодо рівня розвитку і взаємозв'язку координаційних здібностей юних бейсболістів з урахуванням трьох параметрів руху – здатності

відтворювати задану амплітуду, розрізняти часові інтервали і дозувати м'язові зусилля.

Мета роботи – дослідження розвитку координаційних здібностей у юних бейсболістів 10-12 років на етапі початкової підготовки.

Методи і учасники. В дослідженні прийняли участь вихованці КЗ ОСДЮСШ№2 (відділення бейсбол) групи початкової підготовки (ГПП-1) віком 10-12 років у кількості 15 осіб і школярі 5–6–7 класів ЗОШ№4 м. Кропивницький того ж віку й кількості, які відвідують уроки фізичної культури два рази на тиждень. Критеріями оцінки були оцінка силових, просторових і часових параметрів координації рухів. Дослідження включало визначення рівня розвитку координаційних здібностей у юних бейсболістів і школярів які не займаються бейсболом за батареєю тестів (7 тестів) [1].

Результати. Вивчення просторово-часових і силових параметрів юних бейсболістів дозволила визначити рівень їх координаційних здібностей. Було виявлено, що рівень координаційних здібностей юних бейсболістів вище, ніж у їхніх однолітків які не займаються цим видом спорту. Найбільш високі показники ті, що підтверджені достовірно ($p < 0,05$). І тільки два параметри: диференціювання м'язових зусиль на 25 і 50% від максимальної сили і оцінка тимчасових інтервалів 5 і 30с, відрізняються недостовірно ($P > 0,05$) (табл. 1).

Таблиця 1

Показники координаційних здібностей (просторових, часових й силових) у юних бейсболістів (n=15) і школярів (n=15) .

Тести:	Б	Ш	Р
Тест №1 (динамометрія) Зусилля (кг) 25%	1,01 ± 0,04	0,9 ± 0,06	>0.05
50%	1,59 ± 0,4	2,2 ± 0,07	>0.05
70%	1,93 ± 0,11	3,1 ± 0,08	<0.001
Зусилля (%) 25	20,84 ± 1,4	20,8 ± 2,06	>0.05
50	18,65 ± 1,12	27 ± 1,29	<0.001
70	15,18 ± 1,07	26 ± 1,4	<0.001
Тест №2 (кидки тенісних м'ячей) кількість влучень.	5,5 ± 0,18	2,8 ± 0,12	<0.001
Тест №3 (Стрибки на місці з поворотом) відхилення 90	15 ± 0,96	22,3 ± 0,96	<0.001
270	17,94 ± 1,02	27,8 ± 0,93	<0.001
Тест № 4 (ходьба до цілі) см.	65,66 ± 5,6	101,9 ± 3,45	<0.001
Тест № 5 (оцінка часових інтервалів) 5 с.	0,38 ± 0,04	0,4 ± 0,01	>0.05
30с.	2,02 ± 0,14	2,2 ± 0,06	>0.05
60с.	3,58 ± 0,13	3,5 ± 0,09	<0.001
Тест №6 (точність рухів руки) відхилення в точках	6,08 ± 0,52	9,52 ± 0,43	<0.001
відхилення у відсотках %	13,93 ± 0,94	29,5 ± 1,75	<0.001
Тест № 7 (біг змійкою) час подолання дистанції (с).	6,34 ± 0,04	7,4 ± 0,03	<0.001
Різниця за часом (с.)	0,99 ± 0,05	1,1 ± 0,	

Це, на нашу думку, пов'язано зі специфікою ігрової діяльності, технічним арсеналом кожного спортсмена, в основі якого лежить м'язово-суглобна чутливість. Деякі дослідники вважають її найважливішою передумовою ефективності аферентної імпульсації, що забезпечує якість і чіткість рухів, яка полягає в приданні зусиль м'ячу при кидку, з використанням бейсбольного хвату [5]. Загальновідомо, що специфіка виду спорту знаходить своє відображення в прояві координаційних здібностей, пов'язаних насамперед із особливостями функціонування рухового, зорового і вестибулярного аналізаторів [4].

Таким чином, у юних бейсболістів більш висока здатність диференціювати м'язові зусилля в просторі й часі, що пов'язано з більшим обсягом рухової активності в порівнянні з руховою діяльністю школярів. Розвиток більш високої точності рухів у юних бейсболістів у порівнянні зі школярами залежить від тренувального впливу в процесі занять бейсболом, а також від адаптації різних аналізаторів (рухового, зорового, вестибулярної і сенсорної системи) [5]. Бейсбол містить безліч навичок різної складності, й це забезпечує прояв високого рівня координаційних здібностей в найрізноманітніших умовах, характерних для тренувальної та змагальної діяльності, – в умовах оволодіння новими рухами, відтворення найбільш ефективних рухів при дефіциті часу, простору, в стані стомлення. Висока точність просторових оцінок молодих бейсболістів, є наслідком розвитку процесів диференційованого гальмування. Отже, можна зробити загальний висновок про те, що заняття бейсболом надають позитивний вплив на розвиток просторових, тимчасових і силових здібностей, що співвідноситься із даними Н.В. Полянцева.

Висновки. Вихованці КЗ ОСДЮСШ№2, що займаються бейсболом достовірно відрізняються за рівнем розвитку просторових, часових і силових параметрів координаційних здібностей у порівнянні зі школярами, що не займаються спортом.

Використані тести з оцінки координаційних здібностей дозволяють оцінити рівень параметрів координації у дітей 10-12 років, що займаються бейсболом.

Література:

1. Агапов ДВ. Исследование координационных способностей у школьников, занимающихся бейсболом на этапе начальной подготовки. Педагогика, психология та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: наукова монографія за редакцією проф. Єрмакова С.С. Харків: ХДАДМ (ХХІІ), 2008; 4: 148.
2. Агапов ДВ. Формування координаційних здібностей юних бейсболістів на основі моделювання змагальних умов : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.01. Київ: Нац. університет фізичного виховання і спорту України; 2015.
3. Венгер ВМ. Структура та діагностика спеціальної фізичної підготовленості бейсболістів : автореф. дис... канд. наук з фізичного виховання і спорту: 24.00.01. Київ: Державний науково-дослідний інститут фізичної культури і спорту; 2002.

4. Полянцева Н.В. Тренировка точности выполнения технических приемов игры у юных баскетболистов 10-12 лет: автореф. дис...канд. пед. наук: 13.00.04. Киев: Киев. гос. ин-т физ. культуры; 1990.
5. Романенко В.А. Диагностика двигательных способностей. Донецк: ДонНУ; 2005.
6. Эрран ХЭ. Бейсбол. М.: Физкультура и спорт; 1988.
7. Bennett B, editor. The baseball drill book. Human Kinetics Publishers, Inc.; 2004.
8. Venger VM. Special physical preparation of baseball players. Paper presented at Modern Olympic Sport: Proceedings of the 3rd international scientific congress; Warszawa: Akademia wychowania fizycznego Jozefa Pilsudskiego w Warszawie; 1999. p. 287–288.

Інформація про авторів:

Гринченко І. Б.

E-mail: igorgrincenko1963@gmail.com;

<https://orcid.org/0000-0001-7469-5819>;

Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди;
вул. Алчевських 29, Харків, 61002, Україна.

Буяло В. В.

E-mail: igorgrincenko1963@gmail.com;

Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди;
вул. Алчевських 29, Харків, 61002, Україна.

Карпунець Т. В.

E-mail: tatyana.gimnastka@ya.ru

Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди;
вул. Алчевських 29, Харків, 61002, Україна.

Information about the authors

Hrynchenko I. B.

E-mail: igorgrincenko1963@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-7469-5819>

H.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University;
Alchevskyyh Str. 29, Kharkov, 61002, Ukraine.

Buialo V. V.

E-mail: igorgrincenko1963@gmail.com

H.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University;
Alchevskyyh Str. 29, Kharkov, 61002, Ukraine.

Karpunets T. V.

E-mail: tatyana.gimnastka@ya.ru

H.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University;
Alchevskyyh Str. 29, Kharkov, 61002, Ukraine.

Поступила до редакції 01.11.2019р.