

**Олександра Шептицька**  
студентка групи ФКСзм-11  
Західноукраїнський національний університет  
Науковий керівник:

**Едуард Маляр**  
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,  
доцент кафедри фізичної реабілітації і спорту  
Західноукраїнського національного університету

## **СИСТЕМА ПЕДАГОГІЧНОГО КОНТРОЛЮ ФІЗИЧНОЇ ТА ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ГАНДБОЛІСТІВ ДЮСШ**

Метою підготовки гандболістів вищих розрядів є досягнення параметрів, що відповідають світовим моделям конкурентоспроможності. Метою підготовки резервів є створення потенціалу спортивного вдосконалення у складах команд вищих розрядів. Метою масових форм занять гандболом є залучення молоді та пошук талановитих людей для занять, сприяння впровадженню здорового способу життя.

Заняття гандболом сприяють розвитку основних фізичних якостей, технічної майстерності, морально-вольових рис характеру, вихованню потреби до систематичних занять спортом, формуванню культури здорового способу життя [4].

Заняття гандболом викликають позитивні анатомо-фізіологічні зміни в організмі, здійснюють оздоровчий вплив, сприяють всебічному фізичному розвитку морально-вольових якостей, що забезпечують покращення результатів в обраному виді спорту. Цього можна досягнути лише в тому випадку, коли буде здійснюватися постійний контроль за відповідністю обсягу і інтенсивності тренувальних навантажень відповідно до вікових особливостей [5].

Система обліку та контролю за навчально-тренувальним процесом дозволяють об'єктивно оцінити підготовленість юних гандболістів, що дає можливість регулювати навантаження та визначати режими тренування для кожного спортсмена у найближчий час, оперативно вносячи корективи у підготовку гандболіста та прогнозування спортивних результатів [2].

В зв'язку з цим облік та контроль рівня розвитку фізичних якостей та технічної підготовленості набувають важливого значення у навчально-тренувальній та виховній роботі, являються необхідною умовою досягнення високих результатів у спортивній діяльності.

Педагогічний контроль, облік та інформація є завершальною функцією управління. Вони сприяють збиранню окремих ланок усієї керованої системи підготовки юних спортсменів в єдине ціле яка приводить її в цілеспрямований рух [1].

Управління в процесі підготовки передбачає зі сторони тренера низку послідовних дій:

- 1) отримання вихідної інформації про стан підготовленості спортсмена;
- 2) ознайомлення з модельними характеристиками;
- 3) побудова тренування, що забезпечує досягнення модельних характеристик запланованих показників;
- 4) оцінка ефективності обраної спрямованості процесу;
- 5) аналіз результатів, підведення підсумків і визначення наступної цілеспрямованої установки.

Для здійснення контролю використовуються методи педагогічного спостереження, об'єктивної оцінки й експертної оцінки.

Методи педагогічного спостереження дозволяють тренеру оцінювати поведінку гравця, його емоційний стан, якість виконання вправ, можливості у подоланні навантажень.

Методи оцінки за допомогою приладів і спеціальних вправ (тестів) дозволяють визначити зрушення в підготовленості гандболіста. Сюди ж входить і аналіз змагальної діяльності [2, 3].

Метод експертних оцінок, групою фахівців допомагає визначити підготовленість гравця комплексно. Приміром, рішучість у грі, здатність до тактичного вирішення ігрових ситуацій можна оцінити тільки цим методом.

Педагогічний контроль передбачає послідовне виконання контролюючих операцій у ході кожного окремого заняття й в інтервалах між ними (оперативно-поточний контроль) і висновки, зроблені в рамках більш-менш тривалих циклів [4].

Важливу роль у системі відбору відіграють педагогічні контрольні випробування (тести), за результатами яких, судять про наявність необхідних фізичних якостей і здібностей, для подальшої успішної спеціалізації. Під педагогічним контролем розуміють систему здобуття інформації про стан спортсмена, хід навчально-тренувального та виховного процесу, виконання планів підготовки кожного спортсмена зокрема і команди в цілому [4].

Серед фізичних якостей і здібностей, що визначають досягнення високих спортивних результатів, існують так звані консервативні, генетично обумовлені якості і здібності, що мало піддаються розвитку й удосконаленню у процесі тренування. Ці фізичні якості і здібності мають важливе прогностичне значення при відборі дітей і підлітків у спортивні школи. До їхнього числа варто віднести швидкість, відносну силу, деякі антропометричні показники (будова і пропорції тіла), здатність до максимального споживання кисню, економічність функціонування вегетативних систем організму, деякі психічні особливості особистості спортсмена.

У системі відбору контрольні вправи повинні проводитися з таким розрахунком, щоб визначити не стільки те, що уже вміє робити, а те, що він зможе зробити надалі, тобто, виявити його можливості до вирішення рухових завдань, проявові рухової творчості, умінню керувати своїми рухами. Одноразові контрольні іспити в переважній більшості випадків говорять лише про оперативну готовність кандидата виконати запропонований йому набір тестів і дуже мало говорять про його перспективні можливості. А потенційний спортивний результат спортсмена залежить не стільки від вихідного рівня розвитку фізичних якостей, скільки від темпів приросту цих якостей у процесі спеціального тренування. Саме темпи приросту свідчать про здібності людини до навчання в тому або іншому виді діяльності [2].

Судити про значення фізичної та технічної підготовленості гандболістів, можна враховуючи кількісні показники їх рухової діяльності у грі з подальшим аналізом, який дозволить визначити основні напрямки розвитку кожної із сторін підготовленості спортсмена і цим впливати на підбір засобів і методів тренування.

Контроль фізичної і технічної підготовки передбачає всебічну об'єктивну оцінку підготовленості гандболістів, дає змогу судити про його стан у конкретний час, виявити головні фактори, за рахунок яких досягається даний стан, намітити основні шляхи у подальшій підготовці, порівняти рівень підготовленості окремих гандболістів.

### **Висновки:**

Раціональна підготовка команд у гандболі можлива на основі цілеспрямованого і науково обґрунтованого управління, проблему управління ростом спортивних досягнень розглядають, як одну із центральних проблем сучасної науки про спорт.

Основними джерелами інформації служать матеріали педагогічних тестів, лікарських та наукових спостережень, обліку та самоконтролю гандболіста.

### **Перелік використаних джерел**

1. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту): навч. посіб. Київ: КНТ, 2018. 616 с.
2. Кушнирюк С. Г. Динамика двигательных качеств гандболистов различного амплуа в тренировочном макроцикле. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту //зб. наук. праць за редакцією проф. Єрмакова С.С. Харків: ХДАДМ (ХХПІ), 2007. №1. С. 69-73.
3. Леонтьєв О. В., Максимов Г. Я., Леонтьєва І. В. Основи теорії та методики підготовки гандболістів: навч. посіб. Луганськ : 2015. 98 с.
4. Соловей О. М., Соловей Д. О. Теоретичні основи гандболу: навч. посіб. Дніпро: 2017. 161 с.
5. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності. Київ – 2003.