

відбуваються раз на чотири роки, то олімпійські нагороди, принаймні командні, можуть котуватися навіть вище ніж на першостях Європи та Світу.

На мою думку, Україна повинна бути зацікавленою у включенні шахів до програми олімпійських ігор, зважаючи на високу ймовірність здобуття олімпійських нагород, в тому числі найвищого ґатунку.

**Список літератури.**

1. <https://olympics.com/>
2. <https://www.fide.com/>

**Гриців І.І.**

**Римик Р.В.** <https://orcid.org/0000-0003-4180-6636>

**АНАЛІЗ ОБДАРОВАНОСТІ ДІТЕЙ 11-12 РОКІВ, ЩО  
СПЕЦІАЛІЗУЮТЬСЯ У СТРИБКОВИХ ДИСЦИПЛІНАХ**

**Прикарпатський національний університет  
імені Василя Стефаника**

**Анотація.** У статті визначено фізичний розвиток і функціональні можливості організму юних спортсменів-стрибунів. Рівень розвитку рухових здібностей із більшості показників оцінюється як середній, а рівень швидкісних здібностей є на низькому рівні, що не дає можливість подальшого вагомому прогресу у зростанні спортивних результатах.

Оцінивши рівень фізичного розвитку та оцінки рівня рухових здібностей ми виявили, що 36,1 % обстежених юних легкоатлетів-стрибунів є здібними і обдарованими.

**Annotation.** The article defines physical development and functionality the body of young athletes-jumpers. The level of development of motor skills from most indicators is estimated as average, and the level of speed abilities is at a low level which does not allow for further significant progress in the growth of sports results.

Assessing the level of physical development and assessments of the level of motor skills we found, that 36.1% of surveyed young athletes-jumpers are capable and gifted.

**Актуальність теми.** Успіхи та здобутки високих спортивних результатів залежить від ступеня фізичного розвитку та фізичних і психічних здібностей людини, що передбачає можливість відбору осіб з найбільш високим рівнем розвитку важливих для даного виду спорту якостей (В.М. Волков, 2002, В.П. Губа, 1989, Л.П. Сергієнко, 2010) [2].

Для теперішнього спорту характерно стабільне підвищення вимог до всебічної підготовленості спортсменів. Понад усе актуально правильно формувати здібності до спортивної діяльності у дітей 11-12

років, через те що саме в цьому віці вони переважно залучаються до спеціальних занять з більшою кількістю видів спорту [1].

Людський організм розвивається під впливом таких факторів як спадковість та вплив навколишнього середовища. Успіхи у найвищих спортивних результатах залежить також від таланту і потенційних здібностей до занять відповідним видом спорту (Б.Н. Шустін, 1984; Н.Г. Огієнко, С.М. Воропай, 2001).

Природний відбір не дає право вирішити проблему підготовки, так як поряд з непридатними дітьми відсіваються і здібні діти (не досить підготовлені за спеціальними якостями, але мають високі потенційні можливості), по відношенню до яких іноді допускається хибний методичний підхід (М.М. Булатова, 1997; Л.П. Сергієнко, 2001) [1, 4].

В.Н. Селуянов та М.П. Шестаков (2000) рекомендують під час відбору обдарованих і талановитих стрибунів орієнтуватись на деякі визначені показники і нормативні оцінки морфологічних показників і рухових здібностей стрибунів, що рекомендовані для системи спортивного відбору.

П.З. Сирис, П.М. Гайдарська, К.И. Рачев (1983) пропонують визначати здібних, обдарованих та талановитих спортсменів виявляючи розвиток рухових здібностей стрибунів на II-IV етапах спортивного відбору за критеріями: довжина тіла, маса тіла, ОГК, динамометрії кистей рук, ЖЕЛ, Індекс Кетле, Життєвий індекс, а також стрибок у довжину з розбігу, біг на 20 м з ходу, стрибок у довжину з місця та стрибок вгору з місця, потрійний стрибок, тестування сили м'язів розгиначів спини. Дані положення і актуалізують наше дослідження [4].

**Метою дослідження:** є вивчення особливостей фізичного розвитку, функціонального стану та оцінка рівня рухових здібностей юних спортсменів-стрибунів, які займаються легкою атлетикою у спортивних школах для виявлення здібних і обдарованих.

**Методи досліджень:** теоретичний аналіз і узагальнення науково-методичної літератури, фізіометричні дослідження, педагогічне тестування, методи математичної статистики. Дослідження проводилося на базі відділення легкої атлетики *Коломийської* КДЮСШ та фізкультурно-спортивного диспансеру м. Коломия. Аналіз даних проводився у віковій групі хлопців 11-12 років (n=21)

**Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження.** Для визначення фізичного розвитку нами вимірювалися такі показники: ріст у довжину, маса тіла, обвід грудної клітки, динамометрія правої та лівої кисті та життєва ємність легень, а також розраховувалися вагово-ростовий та життєвий індекси [3].

Аналіз показників свідчить про те, що ріст юних спортсменів 11-12 років становить  $151,54 \pm 3,01$  см, що відповідає середньому значенню показників фізичного розвитку хлопців 11-12 років за «Критеріями оцінки фізичного розвитку дітей шкільного віку» [5] і середньому рівню фізичного розвитку за Сергієнком, 2009 р. [4].

Маса тіла тих самих хлопчиків становить  $41,24 \pm 2,37$  кг, що має незначне перевищення середнього значення даного показника у хлопців 11-12 років за «Критеріями оцінки фізичного розвитку дітей шкільного віку» і відповідає також середньому рівню фізичного розвитку [5]. Індекс Кетле також знаходить на середньому рівні ( $271,43 \pm 18,28$  г/см) співвідношення довжини і маси тіла.

За показниками обводу грудної клітки юні стрибуні мали показник  $70,84 \pm 2,19$  см, що також відповідає середнім значенням даного показника у хлопців 11-12 років за «Критеріями оцінки фізичного розвитку дітей шкільного віку».

Показники динамометрії кистей рук засвідчує, що у хлопців 11-12 років сила правої та лівої кисті становила  $20,24 \pm 2,12$  кг та відповідно  $19,04 \pm 2,07$  кг, що також відповідає середнім значенням даного показника у за «Критеріями оцінки фізичного розвитку дітей шкільного віку», але низькому рівню розвитку за Сергієнком, 2009 р.

Життєва ємність легень (ЖЄЛ) знаходиться у межах  $2702,8 \pm 161,5$  мл, і відповідає середньому рівню фізичного розвитку за цим показником по критерію Сергієнком, 2009 р. Це свідчить, що і життєвий індекс є середнього рівня розвитку ( $65,44 \pm 3,12$  мл/кг), який характеризує функціональні можливості дихальної системи.

За результатами проведеного дослідження за показниками фізичного розвитку юних легкоатлетів ми виявили недостатній фізичний розвиток і функціональні можливості організму юних спортсменів-стрибунів, що не дає їм можливість досить динамічно підвищувати свою спортивної майстерності.

Структура і змістом тренувального процесу на всіх етапах становлення спортивної майстерності визначаються цільовими завданнями окремого конкретного етапу, які проявляються у прогноті результатів. Водночас однією з необхідних умов ефективної побудови спортивної підготовки та управління цим процесом є знання фізичної підготовленості підопічних [1, 3].

Незважаючи на позитивний вплив занять легкою атлетикою на фізичний розвиток юних спортсменів, існують деякі особливості неспецифічної адаптації організму до фізичного тренування.

З виявлених даних дослідження, спостерігаємо, що рівень розвитку рухових здібностей юних спортсменів-стрибунів 11-12 років із більшості показників оцінюється як середній, а от рівень швидкісних здібностей є досить низьким.

Тестування для оцінки рівня розвитку рухових здібностей за тестом «Стрибок у довжину з розбігу» юними стрибуніми 11-12 років був показаний середній результат  $324 \pm 4,12$  см, що відповідає середньому рівню розвитку даної рухової здібності.

Із швидкісних якостей юних стрибунів за тестом в бігу на 20 м з ходу результат становить  $3,39 \pm 0,09$  с, що відповідає низькому рівню розвитку даної якості.

За результатами таких тестів, як стрибок у довжину з місця

(202,86±5,08 см) юні стрибуні показали середній рівень розвитку швидкісно-силових якостей, зі стрибка вгору з місця (40,28 ± 0,69 см) результат виявився також на середньому рівні розвитку рухових здібностей.

У тестуванні із потрійного стрибка юні стрибуні показали результат 6,27±0,07 м, що відповідає високому рівню розвитку даної рухової здібності.

Результати із тестування сили м'язів розгиначів спини свідчать, що юні стрибуні 11-12 річного віку показали також середній рівень розвитку даних здібностей який становить 4,84±0,11 кг.

**Висновки.** Виявлений фізичний розвиток і функціональні можливості організму юних спортсменів-стрибунів знаходяться на недостатньому середньому рівні, що не дає можливість подальшого вагомому прогресу у спортивних результатах. Також їх рівень розвитку рухових здібностей із більшості показників оцінюється як середній, а рівень швидкісних здібностей є на низькому рівні.

Після наших обстежень рівня фізичного розвитку та оцінки рівня рухових здібностей ми виявили, що тільки 36,1 % обстежених юних легкоатлетів є здібними і обдарованими на яких тренерам необхідно звертати більше уваги.

#### **Список літератури.**

1. Булгакова Н.Ж. Значение и виды модельных характеристик в проблеме выявления спортивной одаренности. *Wychowanie Fizyczne I Sport*. 2002. Vol. 46. No 1. P. 315.

2. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта. К.: Олимпийская литература, 2002. 296с.

3. Науменко В., Воропай С. Критерії оцінювання розвитку рухових якостей та морфофункціонального статусу 9-11 річних спортсменів. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: 36, наукових праць. Луцьк, 2002. Том 2. С. 177-180

4. Сергієнко Л.П. Спортивний відбір: теорія і практика. У 2 кн. – Книга 1. Теоретичні основи спортивного відбору: підручник. – Тернопіль: навчальна книга – Богдан, 2009. – 672 с

5. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1694-13#Text>