

УДК 796.015:796.382

DOI: 10.12958/2227-2844-2019-4(327)-1-176-186

Чумак Сергій Володимирович,

здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти першого року навчання спеціальності «Фізична культура і спорт (спорт)» навчально-наукового інституту фізичного виховання і спорту ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка», м. Старобільськ, Україна.

s-chumak75@ukr.net

<https://orcid.org/0000-0001-5759-6798>

Шинкарьов Сергій Іванович,

кандидат біологічних наук, доцент кафедри олімпійського та професійного спорту ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка», м. Старобільськ, Україна.

sid1958sid@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-1994-3087>

ОСОБЛИВОСТІ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЇ ТА ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ-БІЛЬЯРДИСТІВ

Вважається, що підготовка більярдиста від новачка до спортсмена високого класу представляє собою єдину систему, всі складові частини якої взаємопов'язані і обумовлені досягненням головної мети, яка полягає в підготовці гравця-більярдиста високої кваліфікації (Козина, 2009; Нагорна, 2006). Досягнення поставленої мети залежить від оптимального рівня вихідних даних: відібраних в групі вдосконалення молодих гравців, рівня професійної підготовленості тренерів, наявності матеріально-технічної бази і від високої якості організації всього педагогічного процесу (Матвеев, 2001; Лапутин, 2007; Платонов, 2004; Холодов, 2007).

Згідно аналізу літературних джерел, в багатьох країнах світу існують досить відомі школи підготовки спортсменів з більярдного спорту. Натомість, в усьому світі нараховується більше 60 національних федерацій, що підтверджує велику популярність гри у пул. Але, в межах України більярд, як вид спорту, саме переживає стадію становлення і розвитку.

Відзначимо, що в Україні, а саме у місті Сєверодонецьку Луганської області, в якому практично не ведеться практика підготовки спортсменів-більярдистів виникає досить нагальна необхідність підвищення спортивних результатів, які є прямим наслідком техніко-тактичних дій більярдистів, процес підготовки яких ще недостатньо досліджений.

Проблеми спортивного тренування у своїх працях розглядали (В. Платонов, 2004; Л. Матвеев, 2001 та ін.); удосконалення техніко-

тактичної й психологічної підготовки вітчизняних більярдистів (А. Лапутін, 2007; Ж. Холодов, 2007 В. Нагорна, 2006 та ін.).

Відзначимо, що з метою обґрунтування техніко-тактичної, психологічної специфіки підготовки спортсменів-більярдистів Луганської області, сучасні вітчизняні підходи характеризуються досить опесердкованою недостатністю, тому на даний момент рівень знань, обумовлений відкриттям нових факторів логічної організації та зв'язків між елементами системи гри у більярд знаходиться на низькому рівні.

Науково обґрунтоване теоретико-методичне підґрунтя, як змістовна основа системи науково-методичного забезпечення, виступає головним критерієм якості підготовки, тому що саме воно визначає зміст майбутніх знань більярдистів.

В результаті вище наведеного виникла об'єктивна необхідність проведення досліджень теоретико-методичного підґрунтя як критерію якості підготовки юних спортсменів-більярдистів.

На теоретично-практичному рівні актуальність теми обумовлена потребою українського суспільства, до якого входять і мешканці міста Северодонецьк в підвищенні рівня підготовленості гравців у більярд, яка обумовлює доцільність оптимізації теоретико-методичного забезпечення техніко-тактичної та психологічної підготовки.

Спроби розв'язати існуючу проблематику проводилися ще в 80-х роках минулого століття (А. Бернштейн 1947-1966, Н. Калиниченко 1969-1973, А. Корх 1986-1987, В. Заціорский 1965-1988, Ю. Верхошанский 1984-1990 та ін.) та відповідно завершилися на півдорозі, зважаючи на те що дослідження досить давні дані представлені в них не в змозі в повній мірі розкрити теоретико-практичне підґрунтя сучасної підготовки більярдистів, що в свою чергу характеризує необхідність нових досліджень у галузі більярдної гри. Таким чином, тема досліджень набуває актуального значення.

Метою дослідження є визначення особливостей психологічної підготовки юних спортсменів-більярдистів.

Зважаючи на вище відмічені факти у галузі вітчизняної більярдної гри, об'єктивно існує проблема розширення та вдосконалення науково-методичного забезпечення техніко-тактичної і психологічної підготовки юних спортсменів-більярдистів.

При вирішенні даних завдань було використано наступні методи дослідження: аналітика науково-методичної літератури; теоретичні аналіз та синтез; бесіди та анкетування шляхом опитування; спостереження, тестування з точки зору педагогічної науки; використання психофізіологічних тестів; математична статистика.

Методологічне підґрунтя дослідження склали найважливіші положення про закономірності психологічної та техніко-тактичної підготовки спортсменів-більярдистів.

Теоретичне підґрунтя дослідження складають наукові праці (В. Готовцева 2011, В. Железнова 2013, В. Капралова 2012 та ін.).

Практична значущість дослідження полягає у впровадженні та обґрунтуванні змісту занять з пул-більярду для осіб різного віку з урахуванням їх техніко-тактичної підготовки та психологічного стану.

Матеріал і методи дослідження. Федерація спортивного більярду України (пул, снукер, карамболь, піраміда) отримала статус національної у 2003 році за підтримки Всесвітньої конфедерації більярдного спорту і особисто її президента Йоргена Сендмана.

З аналізу літературних джерел, більярд – індивідуально ігровий вид спорту, в якому потрібен індивідуальний підхід до кожного спортсмена це значить, що тренування необхідно проводити з урахуванням індивідуальних особливостей та психологічного стану спортсмена для досягнення більш високих спортивних показників.

Більярд відноситься до групи однократних ациклічних видів спорту. Загальновідомо, що специфіка його полягає в багатогранності тактичного мислення (існує приблизно 60 ігор в пулі, 70 у карамболі, 50 у піраміді та одна гра снукер, кожна з якої має свої тактичні особливості), інтелектуальної спрямованості, розвитку та вдосконаленні координаційних рухових якостей (диференціація м'язових зусиль), невисоких фізичних навантажень.

Особливістю гри у більярд є необхідність точного розподілу у часі рухів руки, що утримує кий та просторова точність. Для утримання пози, виконання пробних ударів і самого удару потрібне своєчасне напруження і розслаблення певних груп м'язів.

Аналіз науково-методичної літератури й узагальнення передового тренерського досвіду демонструє недостатню увагу фахівців щодо контролю та комплексної оцінки психофізичної підготовленості більярдистів різної спортивної кваліфікації.

Ефективність змагальної діяльності більярдистів залежить від рівня усіх видів підготовленості спортсмена й першочерговим є його можливості регуляції психофізіологічного стану. Саме від психофізіологічного стану більярдиста залежить результат, адже нервова система відповідає за рівень рухливості нервових процесів.

Можливості координаційного потенціалу психомоторики більярдиста визначаються різними проявами функцій головного мозку.

Наведемо приклад двох найбільш яскраво виражених полярних типу асиметрії функції мозку і координаційної здібності.

1. Ліва

Об'єктивні показники тестування виявили, що домінування правої півкулі склало 80%, і тільки лівої 20%. Асиметрія півкуль в теплінг – тесті, проявляється в більш високій рухливості нервових процесів в правій півкулі, і більш високим темпом рухів лівої руки. Отже, цей випробуваний може бути віднесений до врівноваженого рухливого типу НС. Цей тип НС схильний до чіткого ритму, швидкому включенню, стійкої координації, стабільної техніці спортивних рухів. Його

координація в грі відрізняється образним формуванням, а також образною пам'яттю і сенсорною інтуїцією.

2. Права

Об'єктивні показники тестування виявили, що домінування правої півкулі склало 70%, і тільки лівої 30%. Асиметрія півкуль в теппинг – тесті, проявляється в більш високій рухливості нервових процесів в правій півкулі, і більш високим темпом рухів лівої руки. Отже, цей випробуваний може бути віднесений до врівноваженого рухливого типу НС. Цей тип НС схильний до чіткого ритму, швидкому включенню, стійкої координації, стабільної техніці спортивних рухів. Його координація в грі відрізняється менш образним формуванням ніж у лівши, а також образна пам'ять і сенсорна інтуїція є трохи загальмованими.

При організації дослідження психологічної підготовки враховулося, що ефективне навчання і виховання більярдистів-початківців багато в чому залежить від уміння тренера правильно оцінити їх фізичний і психологічний стан. Тренер вимагає від гравця великого напруження фізичних і духовних сил, високої майстерності, витримки і витривалості. Ці високі вимоги, з урахуванням особливостей контингенту що займається, особистості тренера, пред'являють особливу увагу і в підготовці висококласних більярдистів на різних етапах їх навчально-тренувальної діяльності.

Натомість, А. Деркач, А. Исаев за подібними ознаками серед дітей виділяють чотири групи:

- перша група – учні (спортсмени початківці) з яскраво вираженою зацікавленістю займатися більярдом і наявністю умінь і навичок технічних і тактичних прийомів. Цій групі можна давати досить складні, але посилені завдання на основі вже набутих навичок і вмінь;
- друга група – учні (спортсмени початківці) з яскраво вираженою зацікавленістю займатися більярдом, але не мають достатніх навичок в здійсненні свого прагнення. Дану групу учнів доцільно навчати тим вправам і прийомам, які допомогли б в найближчий час зайняти їм провідне місце і роль в групі;
- третя група – відносяться учні (спортсмени початківці), які виявляють інтерес тільки до окремих вправ, тактичних прийомів, ударів, але не в цілому до тренування, до участі в змаганнях. Використовуючи особисті інтереси, схильності, тренер повинен поступово, включаючи комбінації вправ різної складності, підвести цю групу до задоволення участю в спортивному змаганні;
- четверта група – учні (спортсмени початківці), не виявляють великого інтересу до більярду, а прийшли займатися під впливом друзів, без серйозних намірів. Це найбільш важка група і завдання тренера, виявити і нейтралізувати негативні фактори, ставити перед ними, як індивідуальні, так і загальні завдання, включаючи в пошук нових способів тренування (Деркач & Исаев, 1985).

Використовуючи наукові методи аналізу тренер проводить коригування обсягів, послідовності впливу на спортсмена в процесі навчально – тренувальної підготовки.

Результати анкетування новачків-більярдистів юнаків та дівчат відносно мотивацій занять пулом відображають таку тенденцію: у юнаків яскраво виділяється перевага змагального мотиву. Про це свідчить отримання вищого відсотку відповідей у юнаків порівняно з дівчатами таких мотивів занять пулом, як відчуття «спортивного азарту» (20%), участь у змаганнях (25%), (табл. 1). Дівчат більше приваблює психологічна розрядка під час гри (30%), незначні фізичні навантаження протягом занять і під час гри (18%).

Таблиця 1

**Мотивації початківців до занять більярдом
(% до кількості опитаних)**

№	Мотиви	Юнаки (n=30)	Дівчата (n=30)
1.	Незначне фізичне навантаження	0	18%
2.	Доступність	14%	18%
3.	Психологічна розрядка	25%	30%
4.	Участь у змаганнях	25%	12%
5.	Необхідність прояву інтелектуальних здібностей	20%	15%
6.	Відчуття спортивного азарту	20%	12%

Сучасний рівень конкуренції на змаганнях передбачає перевагу спортсменів із високим рівнем підготовки психологічного компоненту, адже більярд – це вид гри, що потребує високу точність рухів та пропріоцептивну чуттєвість у диференціації сили удару (Заостровцев & Готовцев & Нагорна, 2003; Нагорна & Горошко, 2005).

Із підвищенням технічної підготовленості, фізичної і психологічної напруженості спортивної діяльності більярдистів різної спортивної кваліфікації, окрім фізичних, ще важливішу роль починають відігравати і психічні якості спортсменів (Ярошенко, 2010).

Більшість концепцій удосконалення спортивної підготовки включають розробку і використання методів діагностики психофізичних здібностей з опорою на модельні характеристики найкращих спортсменів (Платонов, 2004).

Психологічна підготовка спортсменів-більярдистів на різних етапах тренувань має свої відмінності.

На етапі спортивно – початкової підготовки, коли спортивний інтерес у (спортсменів початківців) молодшого віку становить близько 40% від загальних інтересів, а інтерес до власної особистості, психологічного життя тільки пробуджується, завдання тренера сформулювати стійкий інтерес до занять більярдним спортом, виховати почуття необхідності стати здоровим, витривалою людиною зі спокійною психікою. На кожному занятті слід

відзначати найбільш дисциплінованих, кращих по виконанню завдань, які вміють уважно і холоднокровно оцінювати ситуацію і приймати правильне рішення, які прагнуть бути лідером.

На навчально-тренувальному етапі, де в основному займаються діти середнього віку характерний бурхливий підйом життєдіяльності і глибока перебудова організму. Відбувається фізичне дозрівання, зростання моральних та інтелектуальних сил, формується особистість.

Спортивні інтереси даного віку займають вже до 60% від загальних, вони стають глибше, ширше, стійкішими. З'являються домагання на дорослість, які ще не підтверджуються реальними можливостями, що може стати перешкодою до самовиховання. У цьому віці велика роль лідерів, у яких можна запозичити оцінку і стиль поведінки.

Психологічні методи впливу на даному етапі розширюються і завдання тренера сформувати у спортсмена надійність техніко-тактичних дій, стійкість до тренувальних і змагальних навантажень, прагнення до змагальної діяльності, бажання стати лідером.

Психологічні завдання на даному етапі можуть вирішуватися такі:

- створення на тренувальних заняттях, в іграх спеціальних ситуацій зі збиваючими факторами (стомлення, поведінка супротивника, вплив зовнішніх подразників);
- вибір відповідних дій, прийняття самостійних рішень в умовах дефіциту часу;
- формування рис характеру і властивостей особистості типових для висококваліфікованих б'їярдистів.

На етапі спортивного вдосконалення займаються в основному діти старшого віку, коли інтереси до власної особистості, прагнення розібратися у власних перевагах і недоліках формуються разом з мотивами праці. Спортивна діяльність привертає розумінням, вихованням витривалості, сили волі, формування правильної постави, ходи і ін. Завдання тренера на даному етапі сформувати установки на вдосконалення, підвищення рівня стійкості до тренувальних і змагальних навантажень, техніки і тактики ігрових дій. Ведеться цілеспрямована робота на підвищення психологічної напруженості під час тренувальних занять. Важлива також реальна оцінка діяльності спортсмена, заохочення за досягнуті успіхи, не допускати стимулювання перемог на змаганнях необґрунтованими обіцянками.

Психологічні завдання даного етапу наступні:

- досягнення високого рівня стійкості в стресових ситуаціях;
- прояв сили волі, витримки максимальної концентрації в найбільш відповідальних моментах змагань;
- виховання високої мотивації займатися б'їярдним спортом і настроїв на досягнення високих спортивних результатів;
- виховання емоційної стійкості і надійності в стресових ситуаціях;
- виховання почуття обов'язку, свідомості і відповідальності перед спортивним колективом, командою.

Висновки:

1. Ефективність діяльності більярдистів залежить від рівня усіх видів підготовленості, але під час гри для спортсмена-початківця першочерговим є його можливості регуляції психофізіологічного стану та технічні навички. Саме від психофізіологічного стану більярдиста залежить результат, адже нервова система відповідає за високу точність рухів та пропріоцептивну чутливість у диференціації сили удару, рівень тривожності та стійкість уваги, швидкість розумових й рухливість нервових процесів.

2. Результативність у більярді залежить, як від точності прицілювання і удару, так і від техніки виконання цього удару та правильного тактичного рішення у виборі технічного прийому. Оперативний контроль характеристик дій і обробка їх результатів залежить від аналізу вищими відділами центральної нервової системи (ЦНС) аферентних імпульсів, які поступають від рецепторів м'язів, сухожилля, зв'язок, суглобних хрящів, а також зорового та вестибулярного аналізаторів, що в більшості забезпечує адекватну рухову дію.

3. Слід наголосити на те, що ідеомоторне тренування ефективне в навчанні рухових дій і в удосконаленні техніки їх виконання. Ідеомоторне тренування, випрацьовує свідоме подання техніки рухів і найбільш ефектне для підвищення швидкості рухів (до 34%), точності (до 18%).

4. Зробити ефективним процес навчання основам пулу більярдистів, можливо за умов наявності науково обгрунтованих методичних документів, що регламентують діяльність управління цим процесом. При розробці програм повинен бути врахований багаторічний передовий досвід кваліфікованих тренерів, проведена класифікація елементів техніки та тактики відповідно до системи знань, що базуються на аналізі світової спортивної практики останніх десятиліть, вивчення документів, що регламентують більярдну підготовку в різних країнах, результати теоретичних та експериментальних досліджень.

Перспективним напрямом подальшого дослідження є розробка методичного забезпечення для майбутніх гравців у пул-більярд під час їх навчання та тренування.

Список використаної літератури

1. Деркач А. А., Исаев А. А. *Педагогика и психология деятельности организатора детского спорта*. Изд-во: М.: Просвещение, 1985. 336 с. 2. Заостровцев А. В., Готовцев В. Л., Нагорна В. О. *Бильярдный спорт*: Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, шкіл вищої спортивної майстерності та шкіл більярду. К., 2003. 47 с. 3. Козина Ж. Л. *Индивидуализация подготовки спортсменов в игровых видах спорта*: Монография / Ж. Л. Козина. Х.: Точка, 2009. 396 с. 4. Матвеев Л.П. *Общая теория спорта и ее прикладные аспекты*. М.: Известия, 2001. 334 с. 5. Лапунин А. Н. *Кинезиология – учение о двигательной функции организма человека. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного*

виховання і спорту / зб.наук.пр. Харків: ХДАДМ, 2007. № 10. С. 3-6.

6. Нагорна В., Горошко, В. Особливості прояву координаційних здібностей у більярдистів різного віку на етапі початкової підготовки. *Слобожанський науково-спортивний вісник: Науково-теоретичний журнал.* Харків, 2005. С. 40–45.

7. Нагорна, В. О. Педагогічні та психофізіологічні методи контролю в фізкультурно-оздоровчих заняттях з пулу. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту.* К.: Олімпійська література, 2006. № 1. С. 58–61.

8. Платонов В. Н. Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті. *Общая теория и ее практические приложения.* К.: Олимпийская литература, 2004. 808 с.

9. Психомоторная організація человека: Учебник для вузов. Е. П. Ильин. СПб.: Питер, 2003. 384 с.

10. Холодов Ж. К., Кузнецов В. С. *Теория и методика физического воспитания и спорта:* Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. 2-е изд. испр. и доп. М.: Издательский центр «Академия», 2007. 480 с.

11. Ярошенко Р. С. Критерии оценки уровня технического мастерства спортсменов бильярдистов: автореф. дис. канд. пед. наук.: 13.00.04. М., 2010. 37 с.

References

1. Derkach, A. A. & Isaev, A. A. (1985). Pedagogika i psihologiya deyatel'nosti organizatora detskogo sporta [Pedagogy and psychology of the activities of the organizer of children's sports]. M.: Izd-vo Prosveshchenye [in Russian].

2. Zaostrovtshev, A. V., Hotovtsev V. L., Nahorna V. O. (2003). Biliardnyi sport: Navchalna prohrama dlia dytiacho–iunatskykh sportyvnykh shkil, shkil vyshchoi sportyvnoi maisternosti ta shkil biliardu [Billiard Sports: A training program for children's junior sports schools, high school sports schools and billiard schools]. Kyiv [in Ukrainian].

3. Kozina, Zh. L. (2009). Individualizaciya podgotovki sportsmenov v igrovyyh vidah sporta: monografiya [Individualization of training athletes in team sports: monograph]. Kharkov: «Tochka» [in Ukrainian].

4. Matveev, L. P. (2001). Obshchaya teoriya sporta i ee prikladnye aspekty [The general theory of sports and its practical aspects]. M.: Izvestiya [in Russian].

5. Laputin, A. N. (2007). Kineziologiya – uchenie o dvigatel'noj funkcii organizma cheloveka [Kinesiology – the study of the motor function of the human body]. Pedagogika, psikhologiya ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu – Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sports, 10, 3-6. Kharkiv: KhDADM [in Ukrainian].

6. Nahorna, V., Horoshko, V. (2005). Osoblyvosti proiavu koordynatsiynykh zdibnostei u biliardystiv riznoho viku na etapi pochatkovoї pidhotovky [Features of manifestation of coordination abilities in billiards of different ages at the stage of initial training]. Slobozhanskyi naukovo-sportyvnyi visnyk: Naukovo-teoretychnyi zhurnal – Slobozhjan Scientific and Sport Bulletin: Scientific and Theoretical Journal (pp. 40-45). Kharkiv [in Ukrainian].

7. Nahorna, V. O. (2006). Pedagogichni ta psykhofiziolohichni metody kontroliu v fizkulturno-ozdorovchykh zaniattiakh z pulu [Pedagogical

and psychophysiological methods of control in physical culture and recreation classes from a pool]. *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu – Theory and methodology of physical education and sports*, 1, 58-61. Kyiv: Olimpiiska literature [in Ukrainian]. **8. Platonov, V. N.** (2004). *Sistema podgotovki sportsmenov v olimpijskom sporte [The system of training athletes in the Olympic sport]. Obshchaya teoriya i ee prakticheskie prilozheniya*. K.: Olimpijskaya literatura [in Ukrainian]. **9. Psihomotornaya organizaciya cheloveka [Psychomotor organization of man]**. (2003). SPb.: Piter [in Russian]. **10. Holodov, Zh. K. & Kuznecov V. S.** (2007). *Teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya i sporta [Theory and methods of physical education and sports]*. (2-e izd. ispr. i dop.). M.: Izdatel'skij centr «Akademiya» [in Russian]. **11. Yaroshenko, R. S.** (2010). *Kriterii ocenki urovnya tekhnicheskogo masterstva sportsmenov bil'yardistov [Criteria for assessing the level of technical skill of billiards players]*. Extended abstract of candidate's thesis. Moskva [in Russian].

Чумак С. В., Шинкарьов С. І. Особливості техніко-тактичної та психологічної підготовки юних спортсменів-більярдистів

Робота присвячена проблемі психологічного стану юних більярдистів та обґрунтування змісту занять з пулу для осіб-початківців.

Підготовка більярдиста від новачка до спортсмена високого класу представляє собою єдину систему, всі складові частини якої взаємопов'язані і обумовлені досягненням головної мети, яка полягає в підготовці гравця-більярдиста високої кваліфікації.

Науково обґрунтоване теоретико-методичне підґрунтя, як змістовна основа системи науково-методичного забезпечення, виступає головним критерієм якості підготовки, тому що саме воно визначає зміст майбутніх знань більярдистів.

Відзначено, що рівень знань техніко-тактичної, психологічної специфіки підготовки спортсменів-більярдистів Луганської області знаходиться на низькому рівні. Сучасні вітчизняні підходи підготовки характеризуються досить опесердкованою недостатністю, тому на даний момент, вони обумовлені відкриттям нових факторів логічної організації та зв'язків між елементами системи гри у більярд гравців-початківців.

Багаторічна підготовка гравців-більярдистів будується на основі методичних положень, які і складають комплекс завдань, необхідних для здійснення якісного навчально-тренувального процесу.

Ефективність змагальної діяльності більярдистів залежить від рівня усіх видів підготовленості, але під час гри для спортсмена-новачка першочерговим є його можливості регуляції психофізіологічного стану та технічні навички.

Саме від психофізіологічного стану більярдиста залежить результат, адже нервова система відповідає за високу точність рухів та пропріоцептивну чутливість у диференціації сили удару, рівень

тривожності та стійкість уваги, швидкість розумових процесів, силу й рухливість нервових процесів.

Як свідчать результати досліджень, існує можливість використання та розробки спеціалізованих педагогічних та психофізіологічних методів контролю у заняттях з пул-більярду. Викладено результати ефективності занять з пул-більярду для осіб-початківців.

Подальшим дослідженням є розробка методичного забезпечення для майбутніх гравців у пул-більярд під час їх навчання та тренування.

Ключові слова: пул, заняття, зміст, ефективність, методи контролю.

Чумак С. В., Шинкарев С. И. Особенности технико-тактической и психологической подготовки юных спортсменов-бильярдистов

Работа посвящена проблеме психологического состояния юных бильярдистов и обоснованию содержания занятий бильярдом для начинающих.

Подготовка бильярдиста от новичка до спортсмена высокого класса представляет собой единую систему, все составные части которой взаимосвязаны и обусловлены достижением главной цели, которая заключается в подготовке игрока-бильярдиста высокой квалификации.

Научно обоснованная теоретико-методическая основа, как содержательная часть системы научно-методического обеспечения, выступает главным критерием качества подготовки, так как именно она определяет содержание будущих знаний бильярдистов.

Установлено, что уровень знаний технико-тактической, психологической специфики подготовки спортсменов-бильярдистов Луганской области находится на низком уровне. Современные отечественные подходы подготовки характеризуются достаточно опосредованой недостаточностью, поэтому на данный момент, они обусловлены разработкой новых факторов логической организации и связей между элементами системы игры в бильярд для начинающих игроков.

Подготовка юних бильярдистов строится на основании методических положений, которые и составляют комплекс заданий, необходимых для осуществления качественного учебно-тренировочного процесса.

Эффективность соревновательной деятельности бильярдистов зависит от уровня всех видов подготовленности, но во время игры для спортсмена-новичка первоочередным является его возможности регуляции психофизиологического состояния и технические навыки.

Именно от психофизиологического состояния бильярдиста зависит результат, ведь нервная система отвечает за высокую точность движений и проприоцептивную чувствительность в дифференциации силы удара, уровень тревожности и устойчивость внимания, скорость мыслительных процессов, силу и подвижность нервных процессов.

Как свидетельствуют результаты исследований, существует возможность использования и разработки специализированных педагогических и психофизиологических методов контроля на занятиях

по пул-бильярду. В работе представлены результаты эффективности занятий по пул-бильярду начинающих спортсменов.

Ключевые слова: пул, занятия, содержание, эффективность, методы контроля.

Chumak S., Shinkarev S. Features of Technical-Tactical and Psychological Training of Young Billiard-Players

The work is devoted to the problem of the psychological state of young billiard-players and to the substantiation of the content of classes in billiards for beginners.

Preparing a billiard-player from a beginner to a high-class athlete is a single system, all the component parts of which are interconnected and conditioned by the achievement of the main goal, which is to prepare a highly qualified billiard player.

The scientifically grounded theoretical and methodological basis, as a substantial part of the system of scientific and methodological support, is the main criterion for the quality of training, since it determines the content of future knowledge of billiard players.

It is established that the level of knowledge of technical-tactical, psychological specifics of training of billiard-athletes in the Lugansk region is at a low level. Modern domestic approaches of preparation are characterized by sufficiently mediated insufficiency; therefore, at the moment, they are due to the development of new factors of logical organization and connections between elements of the billiards system for beginning players.

Training of young billiard players is based on the methodological provisions that make up the set of tasks necessary for the implementation of high-quality training process.

The effectiveness of the competitive activities of billiard-players depends on the level of all types of preparedness, but during the game for a novice athlete, his ability to regulate the psycho-physiological state and technical skills is of prime importance.

The result depends on the psychophysiological state of the billiard player, because the nervous system is responsible for high accuracy of movements and proprioceptive sensitivity in differentiating the impact force, anxiety level and attention span, speed of thinking processes, strength and mobility of nervous processes.

As the results of the research show, there is the possibility of using and developing specialized pedagogical and psycho-physiological methods of control in the pool-billiard class. The results of the effectiveness of classes in pool-billiards for beginner athletes are presented.

Key words: pool, classes, content, efficiency, control methods.

Стаття надійшла до редакції 19.03.2019 р.

Прийнято до друку 31.05.2019 р.

Рецензент – д.п.н., доц. Бабич В. І.