М.О.Носко, М.Ю.Короп, І.В.Гаврилко,
М.О.Богдан, О.П.Франчук

БІОМЕХАНІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РЕАЛІЗАЦІЇ РУХОВИХ ЗАДАЧ У ВОЛЕЙБОЛІСТІВ РІЗНОГО ВІКУ

В експерименті з волейболістами різних вікових груп /I3-I5; I8-20 років/ вивчалась реалізація спеціальних рухових завдань, націлених на виконання елементів техніки волейболу з запрограмованими і контрольованими кількісними характеристиками рухів. Педагогічному контролю в експерименті були піддані: суглобні екскурсії нижніх кінцівок, точність попадання м"ячем в конкретну зону грального майданчика з місця подачі. При цьому також контролювались можливості спортсменів різного віку враховувати конкретні інтервали часу і здібності до самооцінки динамічних характеристик окремих рухів. Результати експерименту опрацьовувались статистично на предмет виявлення у спортсменів різного віку процентного вмісту помилок при виконанні рухових завдань тренерів.

Результати експериментів показали, що у волейболістів I3-I5 років здатність до самооцінки та самоконтролю виконуваних рухових завдань в середньому нижча, ніж у спортсменів I8-20 років. Але при цьому спостерігається закономірність у здібності краще, ніж у спортсменів старшої групи, реалізовувати і оцінювати амплітуди суглобних кутів. Крім цього, можливості безпомилкової реалізації педагогічних завдань у волейболістів I-ї групи також нижчі, ніж у спортсменів I8-20 років. Зокрема, найбільший процент помилок спостерігається у спортсменів I3-I5 років по зусиллях - 2I,I, часових параметрах I0,8, подачах на точність - 23,5 і проміжку I0,8 %. Волейболісти старшої групи помиляються частіше всього в таких характеристиках рухів: кути в суглобах 4,0, зусилля I7,8, часові параметри рухів 8,I, подачі на точність I5,2 і проміжок 8,0 %. Одержані дані свідчать на користь диференційованої методики навчання і індивідуальної роботи з спортсменами незалежно від віку та ігрового амплуа.