

загадкового, надзвичайного. Гадалки, ворожки, шамани, представники африканського вуду, представники йоги, кабалісти, інші шукачі містики, часто, якщо не завжди, є одержимі демонами люди, що мають серйозні проблеми в цьому житті, а тим більші будуть мати, коли предстануть перед Богом, бо настане час коли кожна людина буде давати звіт за всі свої думки, слова та дії. Такий час обов'язково настане і навіть швидше ніж ми могли би подумати.

#### Література:

1. Біблія
2. Словник іншомовних слів за редакцією О. С. Мельничука
3. Автор статті лікар і служитель церкви Б. Д.Сметанюк

## Організація і управління тренувальним процесом юних спортсменів

*Н.Г. Собко, кандидат наук з фізичного виховання і спорту доцент, кафедра теорії і методики олімпійського і професійного спорту  
Кіровоградський державний педагогічний університет ім. В. Винниченка*

**Актуальність.** Організація тренувального процесу юних спортсменів поряд із загальними закономірностями його побудови має ряд особливостей за формою і змістом. Виходячи із структури багаторічної системи підготовки, здійснюється планування тренувального процесу на його окремому етапі [1, 2].

Структурна організація тренувального процесу являє собою складну по організації динамічну систему супідрядних компонентів, ланцюжок послідовних ланок. За останні десятиліття написано багато праць на предмет структурної організації тренувального процесу вітчизняними і зарубіжними фахівцями в галузі теорії та методики фізичної культури і спорту (Верхошанский Ю.В., Волков Л.В., Келлер В.С., Матвеев Л.П., Платонов В.М., Ромашов А.В. та ін.) Водночас, багато авторів постійно перебувають у науковому пошуку шляхів подальшого розвитку теорії спортивного тренування.

**Виклад основного матеріалу.** Тренувальний процес являє собою багатогранний комплекс елементів системи підготовки спортсменів. Особливого значення набуває управління цією системою, де провідне місце відводиться тренеру-педагогу. Від його знань і здібностей до управління залежить кінцевий результат. Тренер повинен бути одночасно педагогом-організатором, психологом, знати основи фізіології, досконало - теорію побудови тренувального процесу в обраному виді спорту. Важливо грамотно і ефективно поєднувати різні засоби і методи тренувального впливу. Основною метою процесу є досягнення результату на змаганнях, який залежить від взаємодії тренер-спортсмен, використання перспективних тренувальних методик, напрацювань вчених різних галузей [8].

Для організації тренувального процесу юних спортсменів потрібно знати основні положення вікової періодизації дітей, підлітків і юнаків (педагогічної, фізіологічної, в групах ДЮСШ, за правилами змагань, по етапах багаторічної підготовки) (Воробйов С.В., 2006).

Під час побудови тренувального процесу юних спортсменів слід пам'ятати про те, що їхній організм як і сам тренувальний процес являє собою систему, що складається з

елементів [8]. Кожен спортсмен має свої індивідуально-психологічні, фізіологічні та інші особливості. Для правильного управління спортивним тренуванням необхідні знання індивідуальних особливостей і властивостей особистості юного спортсмена [1, 2, 7].

М.Я. Набатникова [6] виділила наступні головні структурні компоненти при розгляді системного підходу до тренувального процесу:

- а) комплекс основних показників, що характеризують стан організму юного спортсмена, до виконання навантажень і після їх реалізації;
- б) сукупність раціональних та ефективних педагогічних методів впливу на спортсмена;
- в) надійна й інформативна система контролю стану тих, що займаються.

Основним компонентом системи управління є розробка тренувальної програми з урахуванням всіх можливих варіантів її реалізації, що складається з перспективних планів, ідей і припущень, які належить реалізувати. Програма розробляється, а потім застосовується на практиці для приведення існуючого стану юного спортсмена в запланований [3, 4, 5].

Під час реалізації програми:

- 1) тренер отримує поточну інформацію про стан об'єкта впливу;
- 2) проводиться корекція програми з урахуванням отриманих даних, визначається доцільність подальшого використання обраних засобів і методів.

**Висновки.** Таким чином, аналіз спеціальної літератури дозволяє стверджувати, що система управління тренувальним процесом являє собою сукупність послідовних ланок для здійснення поставленого результату і досягнення наміченої мети. Важливо віднайти оптимальне співвідношення засобів і методів досягнення мети з урахуванням індивідуальних здібностей, можливостей спортсменів, їх адаптивної реакції на запропоновані навантаження; поєднувати тренувальні навантаження різної спрямованості, намагаючись уникати шаблонної побудови тренувального процесу. Слід зіставляти поточні результати з наміченими при плануванні показниками, вносячи корективи в залежності від ходу реалізації тренувальної програми. Все це разом дозволить досягти високих спортивних результатів як на державному рівні так і на міжнародній арені.

#### **Література:**

1. Волков Л.В. Обучение и воспитание юного спортсмена / Л.В. Волков – К.: Здоров'я, 1984. – 223 с.
2. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Л.В. Волков – К.: Олимпийская литература, 2002. – С. 5 - 28.
3. Келлер В.С., Платонов В.М. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів / В.С. Келлер, В.М. Платонов – Львів: Українська Спортивна Асоціація, 1993. – 269 с.
4. Матвеев Л.П. К теории построения спортивной тренировки / Л.П. Матвеев // Теория и практика физической культуры. - 1991. -№ 12. -С. 11-21.
5. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов / Л.П. Матвеев – К.: Олимпийская литература, 1999. – 317 с.
6. Основы управления подготовкой юных спортсменов / [под ред. М.Я. Набатниковой]. – Москва: Физкультура и спорт, 1982. – 208 с.
7. Филин В.П., Фомин Н.А. Основы юношеского спорта // В.П. Филин, Н.А. Фомин- М.: Физкультура и спорт, 1980. – 255 с.
8. Хрущев С.В., Круглый М.М. Тренеру о юном спортсмене // С.В. Хрущев, М.М. Круглый – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 157 с.