

З огляду на зазначене, ми вважаємо, що для майбутнього тренера із виду спорту особливого значення набувають професійно-ціннісні орієнтації, які забезпечують усвідомлену потребу оволодіння основами тренерської діяльності та поведінки. У контексті нашого дослідження такою професійною орієнтацією виступає здоров'язбережувальна діяльність.

На нашу думку, зміст цінностей тренера із виду спорту складається з усвідомлення здоров'я як головної цінності, суспільна значущість здоров'язбережувальної діяльності, можливість створювати здоров'язбережувальне середовище у спортивній школі, любов до вихованців, можливість спілкуватися, виховувати, постійно зміцнювати їх здоров'я, тощо.

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** З огляду на зазначене, ми вважаємо, що мотиваційний компонент утворює основу здоров'язбережувальної професійної діяльності, тому що саме він характеризує смислову спрямованість особистості тренера на здоров'язбережувальну діяльність, усвідомлення своєї ролі й відповідальності в процесі збереження та зміцнення здоров'я підростаючого покоління. Також тренер із виду спорту повинен володіти певним арсеналом оздоровчих методик і технологій і постійно поглиблювати теоретичну та практичну готовність до здоров'язбережувальної діяльності. Перспективи подальших досліджень ми вбачаємо у дослідженні психологічних чинників, які впливають на мотивацію тренерів із видів спорту до здоров'язбережувальної діяльності і можуть бути впроваджені у тренувальний процес.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Байчук Ю. Д. Еколого-валеологічна культура майбутніх учителів: теоретико-методичні аспекти : монографія / Юрій Дмитрович Байчук. Суми: Університет. кн., 2008. 357 с.
2. Дудорова Л. Ю. Педагогічні умови формування потреби в здоровому способі життя майбутніх учителів у процесі фізичного виховання : дис. ... канд. пед. наук : [спец.] 13.00.01 – загальна педагогіка та історія педагогіки / Людмила Юріївна Дудорова ; ВДПУ імені Михайла Коцюбинського. Вінниця, 2009. 206 с.
3. *Інноваційні підходи до фізичного виховання і спорту учнівської та студентської молоді* // Матеріали Всеукраїнської наукової конференції / За заг.ред.Огністого А.В., Огністої К.М. Тернопіль: В-во СМТ «ТАЙП», 2022. 185 с.
4. Закопайло С. А. Педагогічні основи виховання в юнаків 10–11 класів цінностей здорового способу життя : автореф. дис. ... канд. пед. наук : [спец.] 19.00.07 – теорія і методика виховання / С. А. Закопайло ; Ін-т пробл. виховання АПН України. Київ, 2003. 21 с.
5. Костюченко К. Є. Формування готовності до раціонально-критичного мислення : методичні матеріали до вивчення психол.-пед. Дисциплін. Кіровоград: РВВ КДПУ ім. В. Винниченка, 2011. 60 с.
6. Психологічна діагностика мотивації особистості до навчання в умовах інформаційного суспільства : монографія / Н. В. Пророк, Л. О. Кондратенко, Л. М. Манилова та ін. ; за ред. Н. В. Пророк. Київ : Видавничий Дім «Слово», 2020. 131 с.
7. Формування компетентності індивідуального здоров'язбереження: теорія і практика в освітніх процесах : монографія Том I «Майстерні магістеріуму» Київ, 2020. 178 с.

Скрипка Ірина

## ВИКОРИСТАННЯ СУЧАСНИХ ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПІДГОТОВЦІ СПОРТСМЕНІВ З ВОЛЕЙБОЛУ

Сумський державний педагогічний університет імені А.С. Макаренка  
Навчально-науковий інститут фізичної культури

**Анотація.** У статті підтверджено, що спостерігається швидкий розвиток сучасних технологій та їх вплив на покращення результатів у спортивних змаганнях. Встановлено, що надзвичайно важливим для тренерської практики та подальшого розвитку спорту в цілому є використання інновацій у підготовці волейболістів.

**Ключові слова:** волейбол, змагальна діяльність, сучасні технології.

**Skrypka Iryna.** *Use of modern innovative technologies in the training of volleyball athletes.*

**Abstract.** *The article confirms that there is a rapid development of modern technologies and their impact on improving results in sports competitions. It was established that the use of innovations in the training of volleyball athletes is extremely important for coaching practice and the further development of the sport as a whole.*

**Keywords:** *volleyball, competitive activity, modern technologies*

**Актуальність дослідження.** У сучасному світі спорт стає все більш конкурентним та вимагає від спортсменів високої майстерності, фізичної підготовки та стратегічного мислення. Одним з ключових аспектів вдосконалення спортивних досягнень є використання сучасних інноваційних технологій у підготовці спортсменів. Тренери, які серйозно ставляться до використання даних у своїй роботі, зазвичай використовують декілька різних програм для керування тренуваннями, щоб відстежувати продуктивність спортсмена.

Найпоширеніший спосіб зробити це за допомогою переносних пристроїв, таких як монітори серцевого ритму, GPS-трекери, акселерометри та електронні пристрої, які відстежують і записують дані про тренування. Це дослідження спрямоване на аналіз та вивчення впливу інноваційних методів та технологій на тренувальний процес у волейболі.

На сьогодні спостерігається швидкий розвиток сучасних технологій та їхнім потенціалом у покращенні результатів у спортивних змаганнях. У зв'язку з цим, дослідження способів ефективного використання інновацій у підготовці волейбольних спортсменів стає надзвичайно важливим для тренерської практики та подальшого розвитку спорту в цілому. Попередні дослідження в цій області дозволили окреслити ключові аспекти, які слід вивчити для оптимізації тренувальних процесів у волейболі.

**Мета дослідження** аналіз та вивчення сучасних інноваційних технологій у підготовці волейболістів. Завдання дослідження включають аналіз існуючих інноваційних підходів у тренувальному процесі волейболістів, вивчення їхньої ефективності.

**Виклад основних результатів дослідження.** Сучасна спортивна підготовка характеризується глибоким індивідуалізмом і постійною спрямованістю на досягнення для нього характерна чітка регламентація та засноване на ній багаторічне планування певна закономірність. Незаперечним фактом у сучасній діяльності спортивного управління є те, що тренування під час навчання є вирішальним фактором досягнення успіху. Понад 20 років досліджень цього питання переконали нас у критичній ролі наставників для спортсменів усіх рівнів діяльності останнього. Цей факт набуває все більшого суспільного значення. Звідси і потреба в розробити чіткий план ведення діяльності спортсмена. Досвід роботи свідчить про потребу тісного співпраця між тренерським штабом і командою. Це не тільки забезпечує дисципліновану поведінку спортсмена та сприятиме його спортивній майстерності.

Управління або керівництво процесом тренування реалізується тренером за активної участі спортсмена та передбачає три групи операцій:

- а) збір інформації про стан спортсменів, враховуючи показники фізичної, техніко-тактичної, психічної підготовленості, реакції різноманітних функціональних систем на тренувальні та змагальні навантаження, параметри змагальної діяльності тощо;
- б) аналіз цієї інформації на основі співставлення фактичних та заданих параметрів, розробка шляхів планування та корекції характеристик тренувальної та змагальної діяльності у напрямку, який би забезпечував досягнення заданого ефекту;
- в) прийняття та реалізація рішень шляхом розробки та впровадження мети та завдань, планів та програм, засобів та методів, що забезпечували б досягнення заданого ефекту тренувальної та змагальної діяльності.

Перераховані операції можливі лише за умови цілеспрямованого контролю та використання сучасних технологій. Характеристику сучасних засобів, які використовуються в підготовці волейболістів представлено на малюнках 1-5. *Тренажер з волейболу для нападаючого удару* Тренажер, щоб навчитися та вдосконалювати волейбольні атакуючі удари. Рівень регулюється за допомогою ручної лебідки, що дозволяє легко встановлювати висоту та контролювати вертикальний стрибок, з висотою встановлення від 180 см до 335 см (від землі до верху м'яча). Тренажер виготовлений зі сталі. Місткість: Букет - 5 м'ячів, Кошик - 10-12 м'ячів. *Тренажер з блок відскоком м'яча*. Складається з підставки і регульованого важеля з плоскою поверхнею блоку. Плоска поверхня блоку складається з двох шарів піни і має розміри 660 мм (ширина) x 500 мм (h) x 40 мм (товщина). Пружна піна поглинає швидкість м'яча і не дає йому відскочити від ніг нападників. Можливість регулювання кута нахилу тренажера. Основа складається з навантаженого кронштейна і направляючої штанги, вантажопідйомністю 15 кг



Рис. 1. Тренажер для нападаючого удару



Рис. 2. Тренажер з блок відскоком м'яча

*Тренажер для зв'язуючих* Кільце для тренування точності передачі. Подовжена сітка на кільці дозволяє закидати м'яч у кошик. Кільце може підніматися до 320 см. Діаметр кільця 60 см



Рис..3. Тренажер для зв'язуючих



Рис. 4. Гармата для тренувань з волейболу

*Гармата для тренувань з волейболу її специфікація:*

- Максимальна швидкість м'яча перевищує 140 км/год (87 миль/год).
- Максимальна висота головки передавача становить 3,5 м (11 футів 6 дюймів).
- Забезпечує довший час повторного навчання.
- Підвищення індивідуальних навичок членів команди.
- Підвищення ефективності навчання.
- Симулює подачу, пас і атаку з найвищою точністю.
- Імітація подачі «флоту».
- Ідеально підходить для професійних команд і молодих гравців.

*Тренажер для подачі м'ячів.* Даний тренажер використовується для уміння приймати подачу зверху або знизу. Також при прийомі м'яча юні волейболісти вчаться правильно доводити м'яч на зв'язуючого який стоїть в номері 3 під сіткою. М'яч можна запустити з пульта дистанційного керування; Дальність метання/регулювання висоти - до 15/10 метрів;

На одній зарядці можна зробити більше 500 запусків; Час зарядки акумулятора становить 14 годин при використанні мережі 220В.



Рис. 5. Тренажер для подачі м'ячів

Управління навчальним процесом та його творче застосування на практиці. Перемога над командою – головний показник спортивної майстерності волейболіста суперник і позиція в грі. Щоб уточнити ці показники, необхідно використовувати сучасні тренажери для підготовки спортсменів, а також відео технологію, що використовується під час ігор, для покращення результатів гри та зменшити конфлікт

Передбачаються й подальші дослідження в цьому напрямку: планують провести дослідження характеристика управління та контролю в змагальній діяльності волейболістів за допомогою використання сучасних технологій.

Загалом на сьогодні сучасні інноваційні технології включають в себе використання спеціалізованого програмного забезпечення та апаратури для аналізу та відстеження рухів гравців. Системи відслідковування руху та аналізу біомеханіки дозволяють тренерам і фізіологам ефективно аналізувати техніку гри, виявляти недоліки та слабкі місця у рухах гравців, і покращувати їхню техніку.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Руденко В. С. Технічна і фізична підготовка початківців волейболістів. *Херсонський державний університет*. URL: <https://www.kspu.edu/FileDownload.ashx/Rudenko.PDF?id=3cd58ca9-9daa-4d04-b810-063f392e84fe> (дата звернення: 13.11.2022).
2. Застосування тренажерів для навчання і тренування. *STUD24.ru*. URL: <https://www.stud24.ru/sport/zastosuvannya-trenazherv-dlya-navchannya-/205807-601811-page3.html> (дата звернення: 20.11.2022).
3. Витривалість та засоби її розвитку. Волноваське професійно-технічне училище. URL: <https://volnovaha-ptu.org.ua/news/09-01-25-04-11-2020/> (дата звернення: 20.11.2022).
4. Олешко В.Г. Моделювання процесу підготовки та відбір спортсменів у силових видах спорту. Монографія. К.: ДМП «Полімед», 2005. – 254 с.
5. Максименко І. Г. Теоретико-методичні основи багаторічної підготовки юних спортсменів у спортивних іграх : [Монографія] Держ. закл. «Луган. нац. ун-т імені Тараса Шевченка». Луганськ : ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2009. 352 с.

Сліпучин Андрій

## ІННОВАЦІЇ В СИСТЕМІ ПІДГОТОВКИ ФУТБОЛІСТІВ З ПОРУШЕННЯМ ЗОРУ

*Сумський державний педагогічний університет імені А.С.Макаренка  
Навчально-науковий інститут фізичної культури*

**Анотація.** У статті досліджено методичні положення, які характерні для тренувального процесу футболістів з порушенням зору. Автором визначено, що сучасне високотехнологічне середовище дозволяє тренерам документувати та відстежувати продуктивність своїх спортсменів із такою точністю, яка була неможливою в попередні покоління. Охарактеризовано сучасні технології, які полегшують спортсменам-паралімпійцям і професійним спортсменам підтримувати форму.