

## РОЗДІЛ V. ПРОБЛЕМИ ЗАГАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ, ІСТОРІЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПОРІВНЯЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ

УДК 796.015.132-055.2:796.355

**В. І. Гончаренко**

Сумський державний педагогічний  
університет імені А. С. Макаренка

### **ОПТИМІЗАЦІЯ КОНТРОЛЮ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СПОРТСМЕНОК ВИСОКОГО КЛАСУ В ХОКЕЇ НА ТРАВІ РІЗНИХ ІГРОВИХ АМПЛУА**

*У статті визначено ефективність системи оцінювання фізичної підготовленості висококваліфікованих спортсменок у хокеї на траві, протягом річного тренувального циклу. У запропонованій системі оцінювання використовувалася методика пропорційних шкал. Матеріал і методи: показники за запровадженою методикою визначалися за допомогою переведення результатів тестування рухових якостей хокеїсток у бали. У результаті дослідження виявлено зв'язок між показниками фізичної підготовленості хокеїсток та їх ігровим амплуа. З'ясовано позитивний вплив упровадження шкали оцінювання в балах за результатами тестів для контролю фізичної підготовленості висококваліфікованих хокеїсток у різних періодах макроциклу підготовки.*

**Ключові слова:** хокей на траві, фізична підготовка, ігрові амплуа, фізичні якості, етап підготовки, шкала оцінювання.

**Постановка проблеми** Для вирішення проблем управління у спорті необхідна наявність даних з оцінки вихідного, проміжного і кінцевого стану, на основі яких складається загальний алгоритм управління, здійснюється контроль і корекція програм підготовки. Визначення динаміки показників підготовленості свідчить про адекватність підготовки, націлює на те, над чим ще необхідно працювати [1].

Відповідно до розділу підготовки спортсмен набуває певного рівня підготовленості. В. Б. Коренберг (2009) визначає загальну спортивну підготовленість як загальні спортивні рухові можливості, ті, які характеризують загальний руховий розвиток людини загалом; спеціальну спортивну підготовленість як характеристику рівня можливостей спортсмена стосовно його тренування в конкретному виді спорту на тому чи іншому рівні майстерності та специфічну спортивну підготовленість як характеристику можливостей спортсмена у виконанні змагальних рухових завдань [1].

Змагальна діяльність висококваліфікованих хокеїсток вимагає високої фізичної підготовленості, компонентами якої є стартова й дистанційна швидкість, загальна й швидкісна витривалість, сила й швидкісно-силові якості, а також спритність у рухах і рухливість суглобів. Виходячи із цього, інтегральний рівень фізичної підготовленості у хокеї на траві складається з показників швидкісних можливостей, швидкісної

витривалості, загальної витривалості, сили, швидкісно-силових якостей, гнучкості й спритності [2; 4; 5].

**Аналіз актуальних досліджень.** Проблема покращення рівня фізичної підготовленості завжди виникає в практиці підготовки висококваліфікованих хокеїсток до відповідальних змагань. Процес тренування повинен будуватися на основі принципів теорії керування. Тому виникає необхідність розробки та використання методів системного підходу до вивчення змін в організмі спортсменок із метою раціонального моделювання його стану в умовах тренувального процесу, наближеного за інтенсивністю та навантаженням до екстремальних умов змагань [3].

Фізична підготовка хокеїсток у цілому спрямована на розв'язання таких основних педагогічних завдань:

1. Підвищення рівня розвитку й розширення функціональних можливостей організму.

2. Удосконалення фізичних якостей, а також розвиток пов'язаних із ними комплексів фізичних здібностей, що забезпечують ефективність ігрової діяльності [2, 3].

**Мета статті.** Визначити ефективність запропонованої системи оцінювання рівня фізичної підготовленості висококваліфікованих спортсменок у хокеї на траві.

**Виклад основного матеріалу.** З метою контролю досягнутого рівня й динаміки показників фізичної підготовленості хокеїстів може проводитися як лабораторне, так і педагогічне тестування. Лабораторне тестування проводиться для визначення потенційних можливостей основних функціональних систем. У батареях педагогічних тестів, що застосовуються на теперішній день у практичній роботі в хокеї на траві присутні тести для оцінки рухових якостей (швидкісно-силових, швидкості, спеціальної і загальної витривалості). Отже, система контролю фізичної підготовленості буде ефективною лише випадку систематичного й комплексного застосування цих тестів [2; 3].

Під час оцінки рівня фізичної підготовленості виходять з багатобічності цього виду підготовленості з обов'язковим акцентом оцінки рівня «провідних» фізичних якостей. Вибір показників – складне завдання, вирішення якого майже завжди носить суб'єктивно-об'єктивний характер. Особливу увагу звертають на консервативні показники, які погано піддаються тренуванню. У програму тестування обов'язково включаються показники загальної та спеціальної витривалості, гнучкості (рухливості у суглобах), швидкості й швидкісно-силові показники, які в комплексі визначають рівень фізичної підготовленості [6].

На структуру фізичної підготовленості висококваліфікованих хокеїсток відчутний вплив накладає виконання ними визначених ігрових функцій.

Для визначення оцінки фізичної підготовленості нами використовувалася методика пропорційних шкал В. М. Заціорського, яка передбачає розподіл розмаху результатів на 10 рівних проміжків, чим вище результат, тим більше балів отримує гравець. Найвищий бал дорівнював значенню  $\bar{x}+3S$ , найнижчий –  $\bar{x}-3S$ . За кількістю отриманих балів можна сформувати рейтинг фізичної підготовленості хокеїсток і здійснювати контроль за його динамікою, загальна сума балів отримана за оцінку тестових вправ визначає інтегральну оцінку на певному етапі підготовки.

Для здійснення контролю фізичної підготовленості для створення шкали за основу були прийняті результати отримані в I змагальному періоді. Це пояснювалося тим, що в цей період гравці мали наблизитися до оптимальної спортивної форми. Шкала, за якою визначалася кількість балів за результатами тестування, наведена в табл. 1. Отримана шкала дозволила виявити рівень розвитку фізичних якостей гравців різних амплуа відповідно до етапу річного циклу підготовки, визначити слабкі ланки в підготовленості гравців, порівняти структуру підготовленості в I-му та II-му змагальних періодах, що в подальшому дозволить розробити коригуючі впливи для усунення недоліків у системі підготовки.

Таблиця 1

**Пропорційна шкала оцінки фізичної підготовленості  
висококваліфікованих спортсменок у хокеї на траві**

Кількість балів	Інтервали шкали			
	Біг 30 м, с	Стрибок у довжину, см	Човниковий біг 180 м, с	Біг 2000 м, с
1	5,04-4,99	182-186	46,3-45,4	548-536
2	4,98-4,94	187-191	45,3-44,5	535-524
3	4,93-4,89	192-196	44,4-43,6	523-512
4	4,88-4,83	197-201	43,5-42,7	511-500
5	4,82-4,77	202-206	42,6-41,8	499-488
6	4,76-4,71	207-211	41,7-40,9	487-476
7	4,70-4,65	212-216	40,8-40,0	475-464
8	4,64-4,59	217-221	39,9-39,1	463-452
9	4,58-4,53	222-226	39,0-38,2	451-440
10	<4,52	>227	<38,1	<439

Зупинимось більш детально на характеристиці оцінок рівня розвитку окремих фізичних якостей та загальної інтегральної оцінки фізичної підготовленості гравців різного ігрового амплуа, представлених у табл. 2.

**Оцінка фізичної підготовленості висококваліфікованих спортсменок у хокеї на траві на різних етапах дослідження**  
( $\bar{x}$  S, бали)

Етапи дослідження	Ігрове амплуа	Оцінка за тести, бали				Інтегральна оцінка, бали
		Біг 30 м	Стрибок у довжину	Човниковий біг 180 м	Біг 2000 м	
Початок підготовчого періоду	Захисник (n=4)	1,5	4,25	3,75	5,25	14,75
	Півзахисник (n=4)	1,25	2,0	1,5	5,25	10,0
	Нападник (n=5)	3,4	5,6	4,0	5,0	18,0
Спеціально-підготовчий етап	Захисник (n=4)	3,0	5,0	4,5	7,0	19,5
	Півзахисник (n=4)	2,25	3,5	2,25	6,25	14,25
	Нападник (n=5)	4,8	6,2	4,4	5,8	21,2
Перший змагальний період	Захисник (n=4)	5,25	5,5	6,0	6,5	23,25
	Півзахисник (n=4)	5,25	4,25	5,5	5,0	20,00
	Нападник (n=5)	6,8	6,6	5,0	5,6	24,00
Реабілітаційно-підготовчий період	Захисник (n=4)	2,75	5,75	7,25	6,0	21,75
	Півзахисник (n=4)	3,25	4,25	6,5	5,75	19,75
	Нападник (n=5)	5,6	6,4	5,4	5,8	23,2
Другий змагальний період	Захисник (n=4)	2,25	4,25	5,50	4,50	16,50
	Півзахисник (n=4)	2,25	2,00	4,00	4,75	13,00
	Нападник (n=5)	3,60	6,00	5,20	5,00	19,80

Аналіз даних тестування та отримані оцінки, наведені на рис. 1, дозволяють стверджувати, що рівень розвитку основних рухових якостей захисників у хокеї на траві мав неоднорідну динаміку: у виконанні одних тестів поступово відзначалося покращення середніх оцінок від загально-підготовчого етапу до I змагального періоду (біг на 30 м) або до реабілітаційно-підготовчого періоду (стрибок у довжину, човниковий біг 180 м) з поступовим пониженням результатів до кінця II змагального періоду; у показниках загальної витривалості результати бігу на 2000 м

зросли тільки під час підготовчого періоду, у подальшому їх динаміка мала низхідний характер.

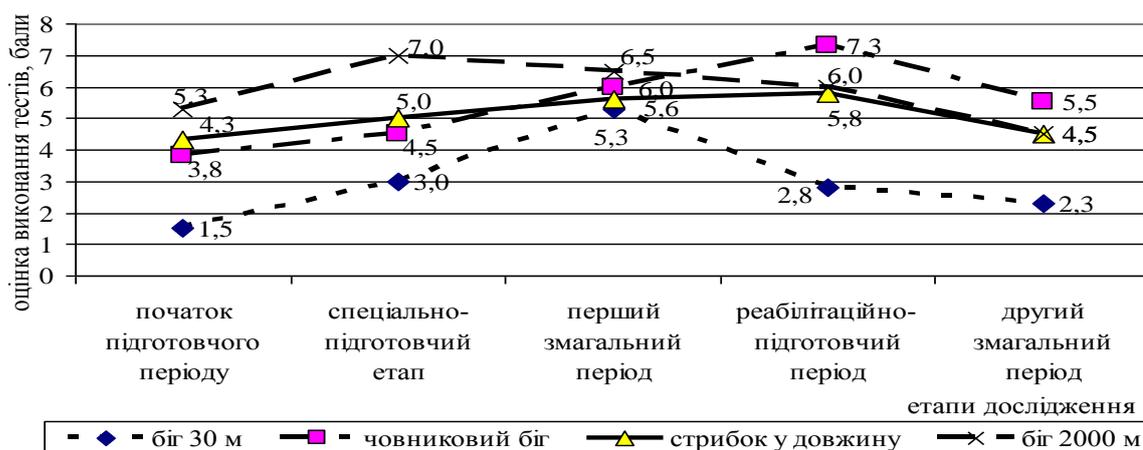


Рис. 1. Динаміка фізичної підготовленості висококваліфікованих спортсменок у хокеї на траві (захисників) у балах упродовж річного циклу

Найвища кількість балів за тестування показників фізичної підготовленості, яка була отримана захисниками впродовж річного циклу підготовки припадає на 1-ий змагальний період – 23,25 балів (рис. 2).

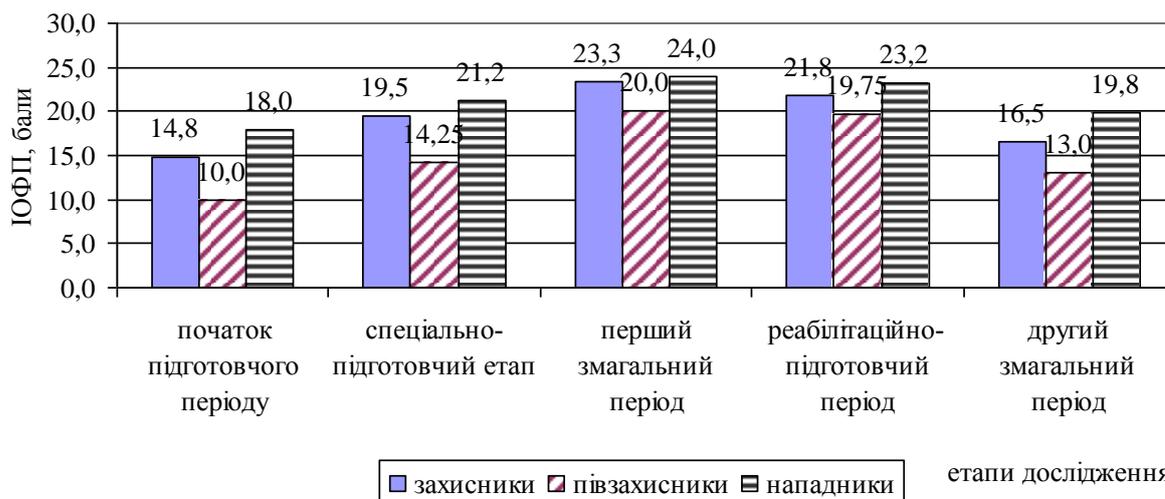


Рис. 2. Інтегральна оцінка фізичної підготовленості хокеїсток різного ампла (у балах)

На основі цього можемо визначити найбільш оптимальну структуру підготовленості в дольовому відношенні відповідно до отриманих середніх балів захисників (рис. 3). Виявлена структура відрізняється приблизно рівним співвідношенням різних фізичних якостей із незначною перевагою частки загальної витривалості.

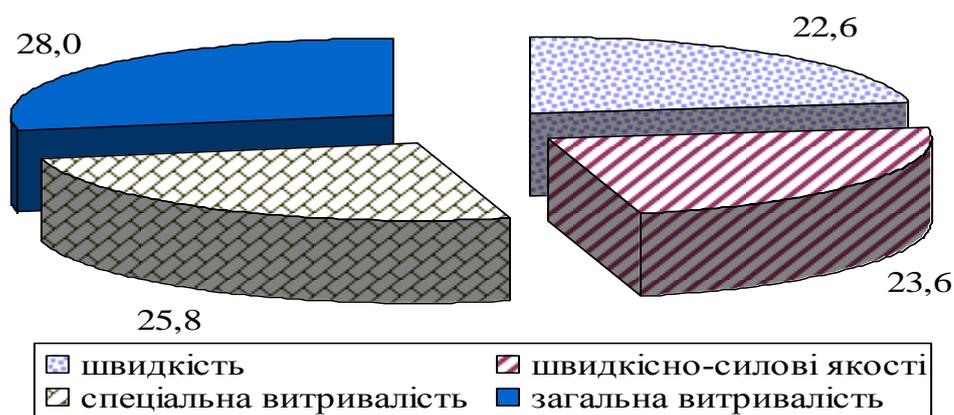


Рис. 3. Структура фізичної підготовленості захисників у I змагальному періоді (%)

Подібні зміни відбувались і в оцінці фізичної підготовленості півзахисників. Показники швидкості та швидкісно-силових здібностей зростали до I змагального періоду (до 5,25 і 4,25 балів відповідно), потім поступово зменшувалися, спеціальна витривалість покращувалася до підготовчо-реабілітаційного періоду (з 1,5 до 6,5 балів), рівень загальної витривалості, який підвищився після підготовчого періоду з 5,25 до 6,25 балів, з невеликими коливаннями впродовж наступних періодів підготовки понизився і став нижчим за початковий – 4,75 бали (рис. 4).

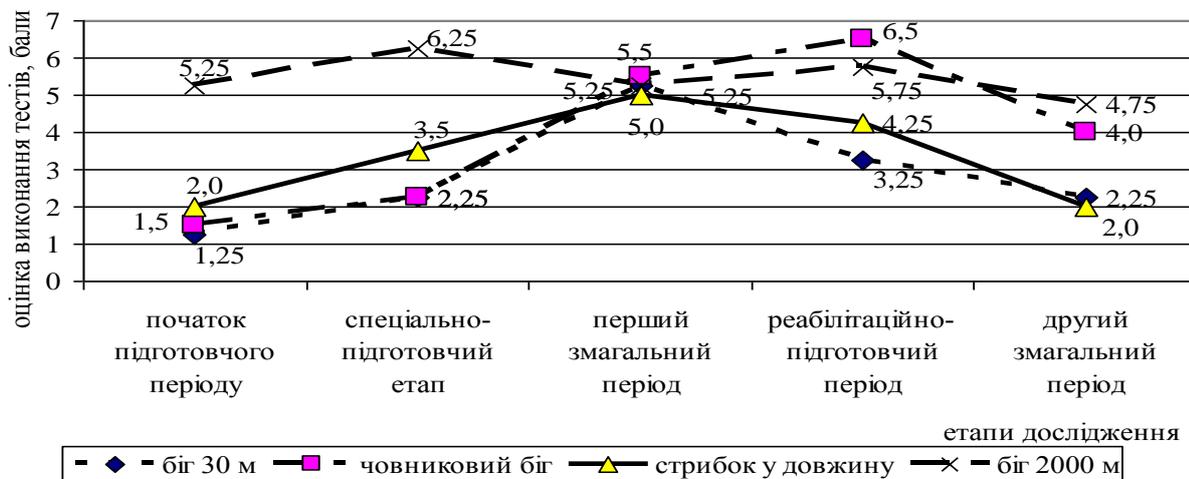


Рис. 4. Динаміка фізичної підготовленості хокеїсток (півзахисників) високої кваліфікації (у балах) упродовж річного циклу

Структура фізичної підготовленості півзахисників на I змагальному періоді, можливо, не відрізнялася найбільшими показниками за оцінкою визначених фізичних якостей, проте мала рівномірний характер і є важливою для подальшого дослідження (рис. 5).

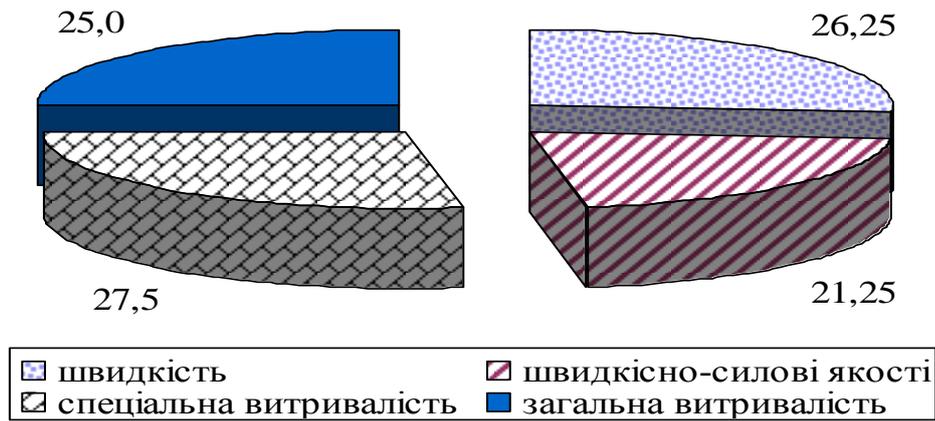


Рис. 5. Структура фізичної підготовки півзахисників у I змагальному періоді (%)

Доречно зауважити, що впродовж річного циклу підготовки півзахисники поступалися за інтегральною оцінкою гравцям інших амплуа (див. рис. 2).

Порівняно з хокеїстками інших ігрових амплуа за оцінкою показників фізичних якостей нападники переважають у швидкісних і швидкісно-силових здібностях, протягом усього періоду дослідження оцінка за результати в бігу на 30 м знаходилася в межах 3,4–6,8 балів, у стрибках з місця – 5,2–6,8 балів (рис. 6), у захисників такі оцінки в показниках становили 1,5–5,25 балів за швидкість бігу і 4,25–5,75 балів за стрибки у довжину, у півзахисників – 1,25–5,25 бали і 2,0–4,25 бали відповідно (табл. 2).

Вищі оцінки були отримані нападниками й за результати в тестуванні інших фізичних якостей. Наприклад, упродовж року оцінка загальної витривалості нападників складала 5,0–5,8 балів, дещо нижчі оцінки були отримані в показниках спеціальної витривалості – 4,0–5,4 бали.

Варто відзначити, що результати в бігу на 2000 м в кінці дослідження в середньому знаходилися на рівні початкових (рис. 6).

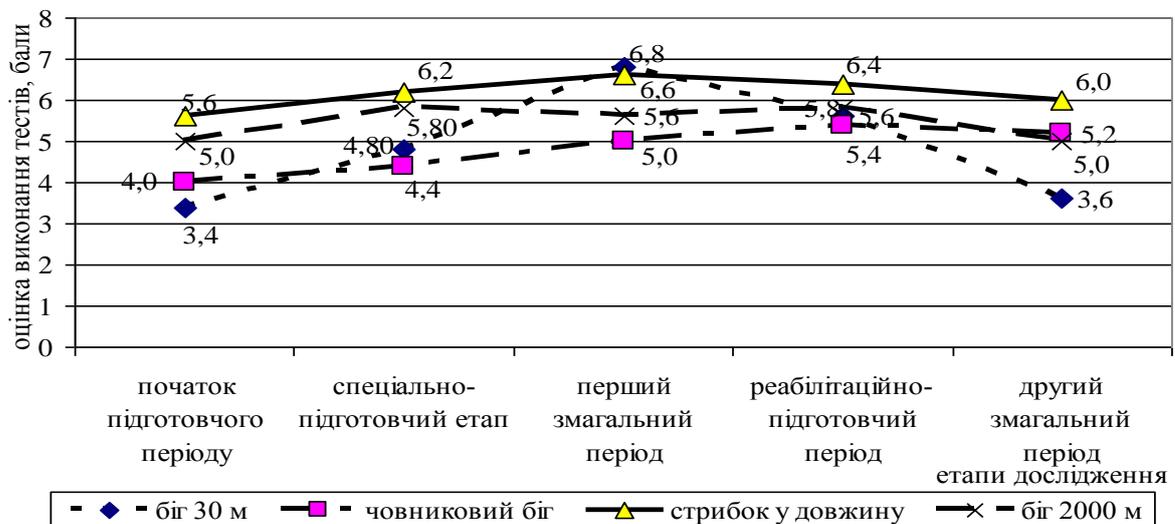


Рис. 6. Оцінка фізичної підготовки висококваліфікованих хокеїсток на траві (нападників) на різних етапах дослідження (у балах)

Отже, зважаючи на зазначене вище, у структурі фізичної підготовленості нападників, визначеною за рівнем розвитку рухових якостей у I змагальному періоді, переважають швидкісні та швидкісно-силові здібності (рис. 7).

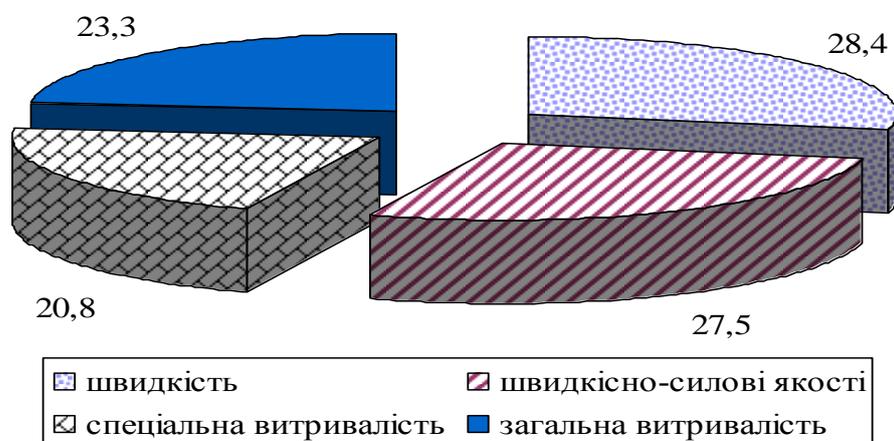


Рис. 7. Структура фізичної підготовленості нападників у I-му змагальному періоді (%)

Найнижчі інтегральні оцінки фізичної підготовленості висококваліфікованих хокеїсток різного амплуа (за винятком початкового тестування) припадають на II змагальний період (рис. 3), що є досить негативним явищем для гри команди й вимагає пошуку шляхів його подолання.

**Висновки та перспективи подальших наукових розвідок.** Спостереження за фізичною підготовкою висококваліфікованих хокеїсток, хронометрування основних параметрів тренувальної діяльності дозволило вивчити структуру цього важливого розділу підготовки.

Проведений аналіз отриманих даних дозволяє констатувати, що структура фізичної підготовленості гравців різного амплуа в хокеї на траві має свою специфіку. Дослідження таких особливостей дозволило визначити особливості в підготовці гравців різного амплуа.

Дані педагогічного контролю за рівнем фізичної підготовленості розкривають низку проблем, які вимагають подальших досліджень.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Коренберг В. Б. Спортивные способности и возможности / В. Б. Коренберг // Теория и практика физической культуры. – 2009. – № 3. – С. 3–9.
2. Костюкевич В. М. Моделирование тренировочного процесса в хоккее на траве / В. М. Костюкевич. – Винница : Планер, 2011. – 736 с.
3. Федотова Е. В. Основы управления многолетней подготовкой юных спортсменов в командных игровых видах спорта / Е. В. Федотова. – М. : Компания Спутник +, 2002. – 245 с. : ил.
4. Anders E. Field Hockey / Elisabet Anders. – New Zealand : Human Kinetics, P. O. Box 105-231, Aurland Central, 1999. – 193 p.
5. Encin L. S. Hockey – for children and juniors / L. S. Encin. – Bucuresti : RFHF, 2001. – 271 p.

6. Morrison A. I can't do any more education: class, individualization and educational decision-making / Morrison Andrew // Journal of Vocational Education & Training. – Vol. 60. – N 4. – Desember 2008. – P. 349–362.

### РЕЗЮМЕ

**Гончаренко В. И.** Оптимизация контроля физической подготовленности спортсменок высокого класса в хоккее на траве разных игровых амплуа.

*В статье определена эффективность системы оценки физической подготовленности высококвалифицированных спортсменок в хоккее на траве, в течение годового тренировочного цикла. В предлагаемой системе оценивания использовалась методика пропорциональных шкал. Материал и методы: показатели по внедренной методике определялись с помощью перевода результатов тестирования двигательных качеств хоккеисток в баллы. В результате исследования выявлена связь между показателями физической подготовленности хоккеисток и их игровым амплуа. Выявлено положительное влияние внедрения шкалы оценивания в баллах по результатам тестов для контроля физической подготовленности высококвалифицированных хоккеисток в разных периодах макроцикла подготовки*

**Ключевые слова:** хоккей на траве, физическая подготовка, игровые амплуа, физические качества, этап подготовки, шкала оценивания.

### SUMMARY

**Goncharenko V.** Optimization of control of physical preparedness of sportswomen of high class in field hockey in different playing roles.

*The article determines the effectiveness of the system of physical preparedness assessment of highly skilled athletes in field hockey, during the annual training cycle. In the proposed system of assessment the methodology of proportional scales was used. The indicators according to the established methodology were determined using translation of results of moving skills of hockey players in points. In the result of research the relationship between the indicators of physical preparedness of hockey-players and their playing roles was defined. Positive impact of the introduction of the grading scale in points according to the results of the tests for the control of physical preparedness of qualified hockey players in different periods of the macrocycle of training is proved.*

*The problem of improving the level of physical preparedness always occurs in practice of training of highly qualified hockey players to responsible competition. The training process should be based on the principles of management theory. Therefore there is a need to develop and use methods of a systemic approach to the study of changes in athletes organism aimed at rational modeling of its state in terms of the training process, approximate in the intensity and load to the extreme conditions of competitions.*

*Physical training of hockey players in general is aimed at achieving the following main pedagogical objectives: the higher level of development and expansion of the functional possibilities of the body; improvement of physical qualities, as well as the development connected complexes of physical skills, that ensure the effectiveness of playing.*

*Analysis of test data and the results of assessment suggest that the level of development of basic movement skills of defenders in field hockey had heterogeneous dynamics: some tests showed gradual improvement in the mean scores from the general preparation stage to the first competitive stage (running at 30 m) or rehabilitation-preparation stage (long jump, shuttle run 180 m) with a gradual lowering of the results to the end of the second competition period; overall endurance results in running at 2000 m increased only during the preparation stage, further their dynamics had descending character.*

**Key words:** *field hockey, physical preparedness, playing roles, physical skills, preparation stage, scale of assessment*

УДК 371.018(4)

**O. A. Zabolotna**  
Uman State Pedagogical University

## **EDUCATIONAL EFFECTIVENESS AND QUALITY ASSURANCE IN ALTERNATIVE EDUCATION**

*The article deals with the issue of quality assurance in alternative schools in EU countries. The goal of the research in general is to compare alternative education systems in traditional EU countries and those joining during two last enlargements in terms of school environment using Early Childhood Environmental Rating Scale (ECERS). The research was carried out at two stages – theoretical and practical. For the years 2008 – 11 the author has studied the theoretical approaches to alternative education and peculiarities of legislation in 4 EU countries and Ukraine. The author visited 34 alternative schools of different kinds in Poland, France, Germany, and Bulgaria and collected data for the comparative analysis. The results were presented at ECER 2011 in Berlin.*

**Key words:** *education, educational effectiveness, quality assurance, alternative education, EU countries.*

**Statement of the problem.** Alternative education, also known as non-traditional education or educational alternative, includes a number of approaches to teaching and learning other than mainstream or traditional education. While some have strong political, scholarly, or philosophical orientations, others are more informal associations of teachers and students dissatisfied with some aspect of mainstream or traditional education. Educational alternatives, which include author's schools, charter schools, alternative schools, independent schools, and home-based learning vary widely, but often emphasize the value of small class size, close relationships between students and teachers, and a sense of community.

**The aim of the paper** is to provide the results of the study of educational effectiveness and quality assurance in alternative education in four EU countries.

**Statement of the main research material.** There aren't any definite criteria for defining educational institution as alternative. It's necessary that there should be a point which is not practiced by traditional education systems or which is rejected by them. There are some points taken into consideration when defining some groups in which one element is traditional and the other one is alternative:

- as to the funding source schools may be state and private;
- as to the education objectives schools may be comprehensive, transgressive, holistic etc.;
- as to the attitude to religion schools may be secular and religious;