



ДЕРЖАВНА СЛУЖБА
ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОЇ
ВЛАСНОСТІ
УКРАЇНИ

УКРАЇНА

(19) **UA** (11) **86302** (13) **U**
(51) МПК (2013.01)
A63B 69/00

(12) ОПИС ДО ПАТЕНТУ НА КОРИСНУ МОДЕЛЬ

(21) Номер заявки:	u 2013 07964	(72) Винахідник(и):	Тищенко Валерія Олексіївна (UA)
(22) Дата подання заявки:	25.06.2013	(73) Власник(и):	Тищенко Валерія Олексіївна,
(24) Дата, з якої є чинними права на корисну модель:	25.12.2013		вул. Мазепи, 7-а, кв. 133, м. Львів, 79068 (UA)
(46) Публікація відомостей про видачу патенту:	25.12.2013, Бюл.№ 24	(74) Представник:	Ривюк Мар'яна Іванівна

(54) СПОСІБ ТЕСТОВОГО ОЦІНЮВАННЯ ПСИХОФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ ГАНДБОЛІСТІВ (СВІТЛОВИЙ ТЕСТ-СВТ1)

(57) Реферат:

Спосіб тестового оцінювання психофізичних якостей гандболістів полягає у тому, що спортсмен виконує ривки з високого старту до однієї із стійок із лампами, щоразу повертаючись на початкове місце, а час при цьому фіксується за допомогою електромілісекундоміру. Загоряння ламп стійок при цьому здійснюється за допомогою комп'ютерної програми стандартних випадкових чисел

UA 86302 U

Корисна модель належить до галузі фізичного виховання та спорту і може бути використана для оцінювання рівня взаємоузгодженості швидкості мислення та рухової дії професійних гандболістів.

Відомий спосіб тестового оцінювання психофізичних якостей спортсменів (патент України на корисну модель № 77003, МПК 63В 69/00 А63В 69/00, опубл. 01.2013) передбачає використання спеціальних датчиків, які закріплюють на тіло спортсмена, а зібрані в процесі виконання вправ дані потім аналізують та порівнюють.

Недоліком даного тестового оцінювання є те, що виконання різних за типом вправ дають різні результати, залежно від складності навантаження зокрема. Ця узагальнена методика не в повній відповіді критеріям оцінки, які мають вирішальне значення для спортсмена-гандболіста.

Найбільш близьким до пропонованого способу є спосіб тестового оцінювання психофізичних якостей спортсменів (патент України на корисну модель № 74403, МПК А63В 69/00, опубл. 10.2012), який полягає у виконанні спортсменами ривків з позиції високого старту із подальшим прискоренням у напрямку стійок з світлодіодними лампами різного кольору, які розташовані по периметру кола на ігровому майданчику.

Недоліком даного способу є те, що одночасне виконання тесту кількома спортсменами може суттєво впливати на дані та на чистоту тесту в цілому. Також розташування контрольних точок на ігровому майданчику не зовсім відповідає специфіці майданчику для гри в гандбол. І в цілому пропонований спосіб відповідає швидше вимогам тренування, а не контрольного тестування.

В основу корисної моделі поставлена задача створення моделі управління психофізичним станом гандболістів для відбору гравців у команду як одного із факторів досягнення спортивного результату.

Поставлена задача вирішується тим, що у способі тестового оцінювання психофізичних якостей гандболістів, який полягає у тому, що спортсмен виконує ривки з високого старту до однієї із стійок із лампами, щоразу повертаючись на початкове місце, а час при цьому фіксується за допомогою електромілісекундоміру, згідно з корисною моделлю, загорання ламп стійок при цьому здійснюється за допомогою комп'ютерної програми стандартних випадкових чисел.

Запропонований спосіб тестової оцінки дає можливість кількісно оцінити швидкість переключення уваги спортсмена в умовах активного вибору корисної інформації у комплексі із рівнем спеціальної працездатності.

Цей тест не є тренувальним, а призначений для тестування швидкості переключення уваги кваліфікованими гандболістами з метою одержання об'єктивної інформації, її ретельного аналізу та прийняття вчасних рішень, які б сприяли суттєвому підвищенню ефективності змагальної діяльності. Світловий тест дозволяє дати кількісну оцінку здібності гандболістів, яка повинна узгоджувати свої рухові дії зі швидкістю мислення. Методика дозволяє оцінити сукупність функціонального стану трьох систем організму: зорової сенсорної, рухової сенсорної і центральної нервової системи. Зазначимо, що світлодіодні лампи використовують як сигнальний подразник при виконання вправи.

Запропонований спосіб тестового оцінювання психофізичних якостей гандболістів дає можливість моделювати картину стану кваліфікованих гандболістів - це, по суті, процес побудови модельних характеристик спортсменів за основними параметрами їх рухової діяльності на основі цілеспрямованого управління їх психофізіологічним станом, з урахуванням запланованого прогресу на тренувальний період. Розподіл уваги та швидкість її переключення є визначальними у значній кількості ігрових ситуацій в гандболі.

Спосіб здійснюють наступним чином:

На центральній частині 9-метрової лінії (лінії активного захисту) розташовують 5 стійок зі світлодіодними лампами (див. креслення). Світлодіодні лампи використовують як сигнальний подразник при виконання вправи. Загорання тої чи іншої лампи відбувається за допомогою комп'ютерної програми стандартних випадкових чисел. Відстань між стійками становить 1 м, а відстань від спортсмена до стійки - близько 3 м, тобто гандболіст розпочинає виконання вправи з середини 6- метрової лінії (лінії воротарського майданчика). За сигналом тренера, спортсмен виконує ривок з високого старту до тієї стійки, над якою загорається світло і після торкання стійки повертається на вихідне місце. Під час виконання вправи ведеться підрахунок кількості торкань стійок впродовж 30 секунд. Замір часу відбувається за допомогою електромілісекундоміру.

Проведення світлового тесту (СвТ1) допомагає надати кількісну оцінку здібності спортсменів точно, чітко та раціонально узгоджувати свої рухові дії зі швидкістю мислення. Ця контрольна вправа у повному обсязі відтворює моменти гри, при яких:

- гравцям захисту необхідно швидко та активно протидіяти атакуючим діям суперників;
- гравцям захисту потрібно активними діями реагувати на переміщення гравців нападу з врахуванням розташування м'яча;
- гравцям нападу необхідно корегувати свої дії у відповідності до зміни системи за активності захисту;
- гравцям нападу необхідно корегувати свої дії для реалізації заздалегідь обумовлених групових та командних взаємодій поданням умовних сигналів, зокрема при розіграші стандартних положень тощо.

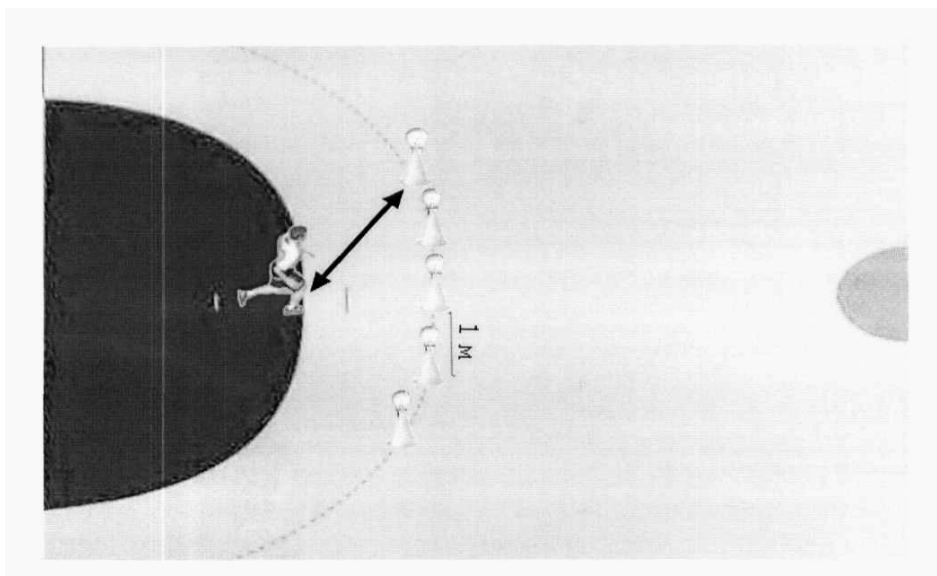
Сучасні спортивні ігри з гандболу стали набагато динамічнішими і вимагають від усіх гравців граничної точності у виконанні техніко-тактичних прийомів. Високий темп ігрової діяльності в умовах безпосереднього зіткнення із суперником в боротьбі за м'яч, швидка зміна ігрових ситуацій, висока емоційність, суттєвий дефіцит часу на прийняття рішення - все це висуває надвисокі вимоги до рухової, функціональної і психічної роботи гандболістів, які у комплексі забезпечують ефективну індивідуальну і командну діяльність під час гри. Зростання спортивних досягнень кваліфікованих гандболістів для професійних команд та збірних команд України можливе лише на основі вивчення і аналізу теоретичних, і практичних наукових досліджень, які дозволяють забезпечити раціональне управління процесом спортивного тренування, як проектом, і подальше його вдосконалення.

Під час гри гандболістам доводиться мати справу з великою кількістю інформації: техніко-тактичного, психологічного, емоційного та іншого характеру. Ця інформація повинна співвідноситись із тими завданнями, які миттєво виникають перед ними в кожній ситуації поєдинку і поставлені у грі в цілому. Для вирішення конкретного ігрового завдання, інформація про ситуацію, яка виникла у грі, повинна бути блискавично гандболістом опрацьована у співвідношенні до загального тактичного плану, яка вироблена в тренувальному процесі та оцінена ним крізь призму власного досвіду, що накопичено у попередніх змаганнях. Активний аналіз і обробка вхідної оперативної інформації є одним із найважливіших завдань тактичної підготовки до змагальної діяльності кваліфікованих гандболістів.

Власне тому у динамічних спортивних іграх, такими, яким є гандбол, моделювання змагальної діяльності у напруженій грі набуває вирішального значення. Здатність до роздуму і аналізу пов'язана з тим, що гандболіст повинен відтворювати у своїй свідомості не тільки тактичний план власних дій, але і адекватно відображати дії партнерів по команді, вміти оцінювати їх можливості: стан підготовленості, індивідуальні особливості, технічну майстерність і тактичне мислення. Він зобов'язаний паралельно опрацьовувати таку ж інформацію і про суперників. Кінцевий результат командної гри, за умови гарної фізичної і тактико-технічної підготовленості, цілком залежить від надійності сприйняття і швидкості обробки інформації, характеру її віддзеркалення, тривалості прийняття і доцільності ухваленого рішення, своєчасності його втілення за рахунок цілеспрямованих спеціалізованих дій кожного гандболіста.

ФОРМУЛА КОРИСНОЇ МОДЕЛІ

Спосіб тестового оцінювання психофізичних якостей гандболістів, який полягає у тому, що спортсмен виконує ривки з високого старту до однієї із стійок із лампами, щоразу повертаючись на початкове місце, а час при цьому фіксується за допомогою електромілісекундоміру, який **відрізняється** тим, що загоряння ламп стійок при цьому здійснюється за допомогою комп'ютерної програми стандартних випадкових чисел.



Комп'ютерна верстка Л. Бурлак

Державна служба інтелектуальної власності України, вул. Урицького, 45, м. Київ, МСП, 03680, Україна

ДП "Український інститут промислової власності", вул. Глазунова, 1, м. Київ – 42, 01601