

### **Лекція 3. СТРУКТУРА ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ. ЧИННИКИ, ЯКІ ВИЗНАЧАЮТЬ ЕФЕКТИВНІСТЬ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

**Мета:** розглянути структуру та особливості змагальної діяльності; ознайомитися з чинниками, які визначають ефективність змагальної діяльності, принципами побудови та проведення змагань.

#### **План**

1. Структура змагальної діяльності.
2. Чинники, які визначають ефективність змагальної діяльності.
3. Управління змагальною діяльністю.
4. Принципи побудови та проведення змагань.

**Ключові терміни та поняття:** змагання, спортивний результат, чинники ефективності змагальної діяльності, правила змагань, положення про змагання.

#### **1. Структура змагальної діяльності**

Змагання є характерною рисою спорту, найважливішим компонентом системи підготовки та орієнтиром для побудови спортивного тренування.

Специфіка змагальної діяльності багато в чому визначає напрям і зміст багаторічної підготовки спортсменів (принципи, засоби, методи, програмування процесу тренування, відбір, оцінка тренованості, оцінка здатностей спортсмена, контроль його поточного стану тощо).

Змагальна діяльність тісно пов'язана зі спортивним результатом. Це обумовлює необхідність ретельного вивчення змісту змагальної діяльності, визначення чинників, від яких залежить досягнення високих спортивних результатів.

Структура змагальної діяльності та чинники, що обумовлюють її ефективність, є основою побудови процесу підготовки спортсменів і ефективного управління ним.

Основні параметри змагальної діяльності виділяються та фіксуються за допомогою спеціальних спостережень за діями найсильніших спортсменів світу під час найбільших змагань. Ознаки, що відображають параметри змагальної діяльності, називаються цільовими, оскільки вони є визначальними для досягнення поставленої мети – домогтися перемоги у змаганнях.

Перемога у змаганнях являє собою кінцеву мету змагальної діяльності, її досягнення передбачає послідовне розв'язання спортсменами цілої низки індивідуальних завдань, що виникають перед ними в процесі просування до головної мети. Елементи діяльності із виконання індивідуальних завдань називають діями, які, своєю чергою, складаються з операцій. Зміст дій, операцій та умови, у яких виконує їх спортсмен у процесі змагань, обумовлюють структуру змагальної ігрової діяльності.

Тільки маючи у своєму розпорядженні показники змагальної діяльності кожного спортсмена, можна оцінити ефективність його дій та намітити шляхи вдосконалення його майстерності в процесі тренування.

**Структуру змагальної діяльності становлять компоненти**, які ієрархічно та умовно розташовуються на декількох рівнях. Компоненти й рівні структури змагальної діяльності групуються за принципом «матрьошок», вкладених одна в одну; перший компонент – найбільший, він включає в себе всі наступні.

**Перший компонент** (верхній рівень) становить системно-цілісне протиставлення спортсменів двох команд, у якому представлені всі компоненти структури в їх взаємозв'язку.

**Другий компонент** становлять командні тактичні дії в нападі та захисті: якщо в конкретний момент одна команда нападає, то інша захищається. Отже, команди по чергово виконують то роль нападників, то роль захисників. Командні тактичні дії – система гри в нападі або захисті – є визначальним чинником для вибору техніко-тактичних дій та їх розвитку в часі та просторі. Одна команда бере до уваги можливості своїх гравців та особливості гри в захисті команди суперника при виборі тієї чи іншої системи гри в нападі.

Команда, яка захищається, враховуючи особливості системи гри команди суперника, реалізує свою систему оборони.

**Третій компонент** становлять групові тактичні дії в нападі (комбінації) та захисті. За аналогією з командними тактичними діями групові дії здійснюються одночасно: гравці однієї команди виконують тактичну комбінацію в нападі, гравці ж іншої команди, взаємодіючи між собою, організовують захисні дії проти конкретної комбінації та її виконавців. Таким чином, групові тактичні дії залежать від обраної системи гри і є її розвитком.

**Четвертий компонент** структури становлять індивідуальні тактичні дії в нападі та захисті – наступний крок у розвитку змагальної діяльності. Індивідуальні дії пов'язані з конкретними груповими діями та обумовлюються ними: у нападі залежно від тактичної комбінації, з одного боку, і захисних дій конкретних гравців команди суперника, з іншого боку; у захисті залежно від системи захисту та власних групових дій, а також від конкретних виконавців, які завершують тактичну комбінацію в нападі в команді суперника.

**П'ятий компонент** структури становлять прийоми гри (техніка), за допомогою яких спортсмени здійснюють змагальну діяльність, безпосередньо впливаючи на м'яч, шайбу тощо. Це свого роду завершальний етап у розвитку змагальних дій: командні – групові – індивідуальні (тактика) – прийоми гри (техніка). Цей компонент визначає результат, тобто якість його виконання безпосередньо впливає на ефективність змагальної діяльності (виграш м'яча, здобуття очка чи поразка). Прийоми гри розподіляються на прийоми гри в нападі та захисті.

**Шостий компонент** становлять фізичні здібності (руховий

потенціал), що забезпечують ефективність, стабільність і надійність техніко-тактичних дій в ігровій змагальній діяльності (швидкісні, силові, швидкісно-силові, на витривалість, координаційні здібності, гнучкість). Першочергове значення тут має рівень розвитку фізичних здібностей і вміння реалізувати їх у процесі виконання техніко-тактичних дій.

**Сьомий компонент** становлять психічні властивості та особистісні якості спортсменів. Рівень їх сформованості та ступінь прояву в умовах змагальної діяльності суттєво впливають на її ефективність. Особливо це важливо при однаковому рівні спортивної майстерності суперників.

**Восьмий та дев'ятий компоненти** становлять функціональні можливості та морфологічні ознаки організму спортсменів, що забезпечують їм надійність і ефективність техніко-тактичних дій протягом усього часу реалізації змагальної діяльності.

## **2. Чинники, які визначають ефективність змагальної діяльності**

*На основі аналізу структури змагальної ігрової діяльності спортсменів, значущості її компонентів стосовно спортивного результату визначають чинники, від яких залежать ефективність змагальної діяльності та рівень досягнень у спортивній грі. Найбільш істотними є 12 чинників.*

**Перший чинник** – оволодіння спортсменами прийомами гри (арсенал техніки). Важливість цього чинника пояснюється тим, що змагальне протистояння у спортивній грі регламентується правилами, згідно з якими гравці можуть здійснювати змагальну діяльність за допомогою спеціальних у кожній грі дій – прийомів гри. Цей чинник є першочерговим і визначальним: з одного боку, без досконалого володіння прийомами гри ігрова змагальна діяльність є неможливою; з іншого боку, чим ширшим є арсенал техніки гри й досконалішими навички володіння прийомами гри, тим вищим є і змагальний потенціал спортсменів.

**Другий чинник** – оволодіння спортсменами тактичними діями (арсенал тактики). Рівень досконалості та арсенал тактичних дій є вирішальною умовою реалізації технічного потенціалу (арсеналу техніки) в умовах гри і змагань.

Перший і другий чинники взаємозалежні: тактичні дії (арсенал, ефективність) прямо залежать від арсеналу техніки й технічної майстерності спортсменів, а максимальна реалізація арсеналу техніки у грі повністю залежить від різноманітності тактичних дій і тактичної майстерності гравців. Тому правомірно говорити про техніко-тактичну майстерність спортсменів.

**Третій чинник** – вміння правильно, раціонально та своєчасно застосовувати техніко-тактичний арсенал. Недостатньо добре засвоїти та виконувати прийоми гри й тактичні дії (командні, групові, індивідуальні) в нападі та захисті. Вирішальне значення має вміння застосовувати технічні прийоми й тактичні дії в повному обсязі в умовах гри і змагань. Як відомо, більшість спортсменів знає й уміє набагато більше, ніж застосовує на змаганнях, особливо під час гри з рівним за силою суперником і в екстремальних умовах.

**Четвертий чинник** – ефективність техніко-тактичних дій в умовах змагальної діяльності. Ефективність визначається за певними для кожної спортивної гри показниками – виграш і програш м'яча (шайби), взяття воріт тощо. На основі цих показників визначається переможець зустрічі (у деяких іграх можливий нічийний результат). Виграні зустрічі та кількість перемог (нічийних) у змаганнях становлять спортивний результат у спортивних іграх.

**П'ятий чинник** – майстерність виконання ігрової функції (амплуа) кожним гравцем команди, яка визначається на основі індивідуальних особливостей, урахування рівня підготовленості за компонентами гри тощо. Це дає можливість комплектувати команду таким чином, щоб вона являла собою злагоджений організм, що ефективно діє як у нападі, так і в захисті, даючи можливість кожному спортсменові якнайкраще проявити себе в умовах змагальної діяльності.

**Шостий чинник** – активність («агресивність»), творчість («ігровий інтелект»), рівень вольових і моральних якостей, що спрямовані на ефективне виконання тактичного плану гри та максимальну мобілізацію зусиль спортсменів в експериментальних умовах змагальної діяльності.

**Сьомий чинник** – рівень розвитку фізичних і психічних якостей, здібностей і здатностей, специфічних для змагальної ігрової діяльності у спортивній грі.

Шостий і сьомий чинники є вирішальними при рівнозначності інших чинників.

**Восьмий і дев'ятий чинники** - рівень функціональних можливостей і морфологічних показників відносно до специфічних вимог змагальної діяльності в конкретній спортивній грі.

**Десятий і одинадцятий чинники** - вік і спортивний стаж спортсменів. Завжди більш високою буде ефективність змагальної діяльності в тих спортсменів, які мають перевагу за віком та стажем (досвідом) занять спортивними іграми.

**Дванадцятий чинник** – ефективне функціонування системи, що включає всю сукупність заходів, спрямованих на підготовку спортсменів, здатних домагатися найвищих спортивних результатів на найбільших і найпрестижніших міжнародних змаганнях; підготовку кваліфікованих спортивних резервів; використання спортивної гри як засобу масової спортивної роботи.

### **3. Управління змагальною діяльністю гравців і команди**

Важливе значення має підготовка до змагань і керування діями спортсменів у процесі змагальної діяльності. Провідна роль тут належить тренерові. Виховання змагальних якостей розпочинається з перших кроків навчання спортивної гри. Спочатку, наприклад, дітей залучають до ігрової діяльності, потім – до змагальної, у кінцевому підсумку – до ігрової змагальної. При цьому спортивній грі й змаганням передують рухливі ігри та змагання з фізичної та технічної підготовки, а також підготовчі ігри до спортивної гри.

У процесі підготовки до змагань якомога більш повно враховуються вимоги, що визначаються структурою змагальної діяльності та чинниками, які обумовлюють її ефективність.

Важливе значення має урахування умов, у яких відбувається змагальна діяльність спортсменів; клімато-географічні умови регіону, склад суперників, умови проведення зустрічей з конкретними суперниками, характеристика глядацької аудиторії, особливості суддівства тощо.

У кінцевому підсумку підготовка команди й кожного окремого гравця проводиться з урахуванням характеру гри з конкретною командою суперника, проти певного гравця в тій чи іншій ситуації. Для цього використовують дані спортивної розвідки про команду і гравців суперника, дані про можливості своєї команди, результатом чого є тактичний план ведення гри. Цей план відтворюється на тренувальному занятті проти «моделі суперника».

Безпосередньо перед зустріччю дається «установка на гру». Визначаються стартовий склад, варіанти заміни, окреслюються завдання для кожного гравця, для декількох взаємодіючих, визначається програма дій до початку зустрічі (збір, від'їзд, спортивний одяг, розминка тощо).

Під час зустрічі тренер, спостерігаючи за грою, аналізує дії гравців суперника, власної команди та вносить корективи щодо складу команди, характеру ведення гри тощо. Для цього в його розпорядженні є перерви у грі відповідно до правил змагань для кожного конкретного ігрового виду спорту. Мистецтво ведення тренером гри, його поведінка, взаємовідносини із гравцями суттєво впливають на результат зустрічі.

Після закінчення зустрічі проводиться аналіз гри. При цьому використовуються результати спостережень за діями спортсменів у грі, аналіз технічного протоколу гри, перегляд відеозаписів гри. Усі дані порівнюють із настановними й робляться відповідні висновки стосовно виконання тактичного плану гри командою й окремими гравцями, виявляють сильні та слабкі сторони в діях гравців, оцінюють ставлення спортсменів до гри тощо. У ході подальших тренувальних занять, з одного боку, виправляються виявлені помилки, а з іншого – враховуються характерні особливості гри суперників із проєкцією на майбутню гру.

Після закінчення змагань здійснюється загальний аналіз виконаної роботи з підготовки команди до змагань і за результатами змагальної діяльності. Загальна оцінка суттєво залежить від характеру змагань: якщо змагання основне на цей сезон, то визначальним критерієм буде зайняте місце і його відповідність запланованому; якщо ж змагання підвідне, то головним критерієм буде досягнення встановлених на цей період модельних показників за всіма основними параметрами змагальної діяльності.

#### **4. Принципи побудови та проведення змагань**

У практиці спортивних ігор передбачена велика кількість змагань, які відповідно до їх цільового призначення розподіляються на системи. Кожна система змагань включає взаємозалежні компоненти: правила, положення,

календарі, нормативно-кваліфікаційні вимоги.

**Правила змагань** – це документ, у якому чітко визначені умови змагальної боротьби в конкретній спортивній грі, яка відбувається під контролем спортивних арбітрів, способи фіксації виграшу та програшу, процедура визначення переможця в окремій зустрічі й розподілу місць серед учасників змагання. Правила змагань є законом для спортсменів, арбітрів, організаторів і керівників, які здійснюють підготовку до змагань та їх матеріально-технічне забезпечення. Правила змагань є потужним важелем для функціонування й розвитку спортивних ігор. Так, внесення у правила нових пунктів, вилучення деяких попередніх або їх зміна впливають на спортивну гру. Через різні пункти правил можна впливати на контингент, що змагається, на вартість матеріально-технічної бази, економічну вартість гри, характер її видовищності, на різні сторони підготовки спортсменів.

Міжнародні федерації спортивних ігор мають у своєму складі комісії, які займаються питаннями внесення змін у правила змагань із метою підвищення видовищності ігор, сприяння їх популяризації у світі, а також залучення якомога більшої кількості людей до систематичних занять спортом.

**Положення про змагання** визначають їх основні характеристики, у числі яких: цілі та завдання змагань, місце та строки проведення, керівництво змаганнями, вимоги до учасників, програма змагань, способи проведення зустрічей і визначення переможців, процедура нагородження переможців, форми документів і строки їх представлення тощо.

Змінюючи зміст положення про змагання, можна впливати на жорсткість спортивної конкуренції, мотивацію тренерів, спортсменів, арбітрів, на видовищність, матеріально-технічну оснащеність, на характеристики й рівень підготовленості спортсменів (вік, фізичний розвиток, техніко-тактичну підготовку тощо). У положеннях можна певним чином змінювати деякі пункти правил із метою вирішення певних завдань підготовки спортсменів.

**Із змагальними правилами й положеннями тісно пов'язані календарі змагань.** Календарі покликані впорядкувати змагання за цілями, завданнями, визначити місце і час проведення змагань, склад команд і спортсменів тощо. Важливою умовою ефективності всієї системи змагань є узгодження календарів усіх видів змагань за основними параметрами (за цілями й завданнями, особливо за строками проведення). У такий спосіб формується комплекс календарів, органічно пов'язаний із системою змагань.

**Структура календаря** визначає характер проведення змагань. Усі найбільші міжнародні змагання проводяться таким чином, щоб розподіл місць у турнірній таблиці обов'язково здійснювався у два останні ігрові дні (у передостанній день визначається третє й четверте місце, а в останній – перше та друге). Змагання можуть бути розосередженими у часі (коли команди роз'їжджаються) і концентрованими (коли команди змагаються в одному місці).

Залежно від змагань (першість, на кубок, товариські, матчеві зустрічі,

відбіркові турніри), їх цілей і завдань складається календар.

Найважливіша вимога до календарів – їх стабільність, сталість за основними характеристиками. Зміни звичайно вносяться після закінчення олімпійського циклу на чергове чотириріччя.

Таким чином, правила змагань, положення про змагання й календар змагань слугують потужними важелями керування та розвитку спортивних змагань.

Ієрархічно всі змагання можна представити таким чином: Олімпійські ігри, чемпіонати й кубки світу, чемпіонати Європи, національні чемпіонати, першості областей, міст, районів, колективів фізичної культури.

### **? Питання для самоконтролю**

1. Поясніть, у чому полягає специфіка змагальної діяльності у спортивних іграх.
2. Охарактеризуйте структуру змагальної діяльності у спортивних іграх (основні компоненти).
3. Назвіть чинники, які визначають ефективність змагальної діяльності у спортивних іграх.
4. Розкрийте зміст Положення про змагання зі спортивних ігор.

### **Тести**

1. *Укажіть кількість чинників, які визначають ефективність змагальної діяльності:*
  - а) 12;
  - б) 5;
  - в) 15.
2. *Укажіть першочерговий чинник, від якого залежить ефективність змагальної діяльності:*
  - а) досконале володіння спортсменами тактичними діями;
  - б) вік і спортивний стаж спортсменів;
  - в) досконале володіння спортсменами прийомами гри (арсеналом техніки).
3. *Правила змагань – це документ, у якому:*
  - а) чітко визначені умови змагальної боротьби в конкретній спортивній грі, що відбувається під контролем спортивних арбітрів, способи фіксації виграшу та програшу, процедура визначення переможця в окремій зустрічі й розподілу місць серед учасників змагання;
  - б) чітко визначені умови тренувальної гри, яка відбувається під контролем спортивних арбітрів, способи фіксації виграшу й програшу, процедура визначення переможця в окремій зустрічі й розподілу місць серед учасників змагання;
  - в) чітко визначені умови змагальної боротьби в конкретній спортивній грі, яка відбувається під контролем спортивних арбітрів, способи фіксації виграшу й програшу.

4. *Укажіть другий за значенням чинник, від якого залежить ефективність змагальної діяльності:*

а) майстерність виконання ігрової функції (амплуа), що визначається на основі індивідуальних особливостей;

б) володіння спортсменами тактичними діями;

в) володіння спортсменами прийомами гри (арсеналом техніки).

5. *Складовими структури змагальної діяльності є:*

а) чинники;

б) компоненти;

в) принципи.