

## ОБҐРУНТУВАННЯ ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНИХ ОСНОВ КОНТРОЛЮ В ДИТЯЧОМУ ФУТБОЛІ

*Проаналізовано окремі методичні аспекти щодо спрямованості тестування юних спортсменів, науково обґрунтовані засоби та методи контролю які широко застосовуються у практиці футболу різних вікових груп.*

**Ключові слова:** фізичне виховання, школярі, футбол, дівчата-футболістки, навчально-виховний процес.

**Постановка проблеми.** Статистичні дані різних відомств і установ свідчать про значні відхилення від норми у фізичному розвитку дітей та погіршення стану їх здоров'я, що, безумовно, загострює актуальність проблеми організації оздоровлення та пошуку шляхів оптимізації навчально-тренувального процесу в різних видах спорту, як на рівні державних офіційних структур, так і наукових досліджень.

**Аналіз останніх досліджень.** На даний час багато науковців у своїх працях висвітлюють аспекти щодо впровадження футболу в загальноосвітній школі, так зокрема цим питанням займалися: А. Г. Васильчук, К. Л. Віхров, О. О. Зінченко, А. В. Попов, Є. В. Столітенко, В. Т. Ткаченко та ін.

Сучасні тенденції розвитку фізичного виховання і спорту обумовлюється значними фізичними, нервово-психічними і емоційними навантаженнями, які визначають високі вимоги до організму людини, а особливо підлітків. Теоретичні та методичні засади підготовки розглядали вітчизняні вчені (Г. А. Лисенчук, Л. П. Матвеев, В. Н. Платонов, Л. П. Сергієнко та ін.). Основи методики розвитку рухових якостей підлітків розглядали М. М. Линець, О. В. Тимошенко та ін. Окремі аспекти розвитку рухової функції в учнівської і студентської моделі досліджували Р. І. Бойчук, Е.С. Вільчковський, Л. В. Волков, М. Ю. Короп та ін.), зокрема, біомеханічні моделі ударних рухів у спортивних іграх у контексті вдосконалення технічної підготовки розглядали С. С. Єрмаков, А. М. Лапутін, М. О. Носко, В. І. Пліско, та ін. [3, 4, 6, 7].

За останні роки в цілому сформувалася теоретико-методична основа фізичної підготовки дітей, заснована на вікових особливостях росту організму (Е. К. Аганянц, Л. В. Волков, В. М. Платонов, В. П. Філін). Науковцями постійно здійснюється пошук нових форм і методів, які сприяють розвитку рухових якостей та зміцненню здоров'я дітей підліткового віку (М. М. Линець, Б. М. Шиян). В той же час загострюється потреба в єдності біологічного й вікового розвитку та застосування інноваційних засобів і методів фізичної підготовки та контролю стану здоров'я школярів [2, 4, 5, 7].

**Зв'язок роботи з науковими програмами.** Дослідження виконано відповідно до зведеного плану науково-дослідної роботи Чернігівського державного педагогічного університету імені Т.Г.Шевченка "Дидактичні основи формування рухової функції осіб, які займаються фізичним вихованням і спортом" (державний реєстраційний номер 0108U000854 від 19.02.2008 р.).

**Завдання і мета дослідження.** Проаналізувати та обґрунтувати основні напрямки щодо особливостей методики вдосконалення фізичної підготовки юних футболісток у навчально-тренувальному процесі.

**Результати дослідження.** Для дієвого управління підготовленістю спортсменів або окремих її сторін (техніко-тактичною, фізичною, функціональною) важливо враховувати супідрядність цих видів підготовленості. Загальновідомо, що аналіз змагальної діяльності спортсмена може продемонструвати окремі недоліки у діях спортсмена. Причини ж цих недоліків необхідно визначати, аналізуючи компоненти другого рівня модельних характеристик – фізичної, технічної та тактичної підготовленості. Причини недоліків підготовленості другого рівня визначаються при аналізі компонентів третього рівня підготовленості – функціональних, психологічних та морфологічних можливостей спортсмена [1, 2, 8].

Вивчення спеціальної літератури з питань управління тренувальним процесом у футболі свідчить про те, що у цьому виді спорту знаходять свою реалізацію основні теоретико-методологічні положення, а організація контролю здійснюється відповідно до загальних метрологічних вимог. Загальною особливістю робіт, що вивчалися, є їх тісний зв'язок з загальнотеоретичними положеннями, які регламентують процедуру етапного, поточного, оперативного управління тренувальним процесом за допомогою засобів та методів етапного, поточного та оперативного контролю [4, 7].

Особливості організації контролю безпосередньо ґрунтуються на організаційно-нормативних вимогах цільових комплексних програм футболістів, основний зміст яких передбачає використання об'єктивної інформації. Аналіз таких програм дає можливість стверджувати, що навчально-тренувальний процес у футболі забезпечений кваліфіковано підготовленими документами, зміст яких орієнтує процес підготовки футболістів у відповідності до вимог управління [7].

Однак ефективність управління тренувальним процесом у футболі обумовлена не тільки організаційно методичними вимогами, але і тим, наскільки тести, що використовуються в процесі педагогічного контролю, та показники, що реєструються відповідають метрологічним вимогам. Ці вимоги передбачають використання тестів, що відповідали б цілям тестування, особливостям контингенту досліджуваних та забезпечували б простоту вимірювання результатів [4, 5, 6, 7].

Аналіз спеціальної науково-методичної літератури з проблем контролю у футболі, свідчить про те, що у даний час можливе використання великої кількості інформативних показників змагальної діяльності,

розроблених з врахуванням специфіки поведінки гравців різних амплуа – нападаючих, півзахисників, захисників, воротарів [2, 3, 8]. Ці показники розподіляють на декілька груп за принципом основної цільової спрямованості – на оцінку індивідуальних, групових та командних дій.

Для оцінки індивідуальної поведінки гравців використовується дві оцінки – експрес оцінка, яка складається з показників ігрової активності та ефективності поведінки футболістів [6].

Останнім часом найбільш ефективно використовується так звана "виважена" оцінка, що дозволяє оцінити тактичну користь ігрових дій. Тут використовується трьохбальна, п'ятибальна та десятибальна оцінка. На думку багатьох авторів [1, 4, 5, 7] саме дана методика, незважаючи на деякі складності в її реалізації (велика кількість оцінок, трудомісткість в реєстрації тактико-тактичних дій), надає достатньо суттєві можливості щодо адекватної оцінки діяльності футболістів.

Оцінка командних техніко-тактичних дій проводиться аналогічним способом та визначається загальним числом тактико-тактичних дій, виконаних десятьма гравцями. З метою контролю спеціальної фізичної підготовленості футболістів накопичений великий фактичний матеріал, що дозволяє сформувати напрямки його подальшого удосконалення [1, 7, 8].

Велика кількість контрольних тестів та показників, що реєструються, використаних в дисертаційних дослідженнях, рекомендованих в монографічних виданнях, наукових публікаціях та методичних посібниках умовно розподіляються на декілька груп за принципами спрямованості на оцінку швидкісно-силових якостей, витривалості, координації рухів у специфічних умовах футболу. Необхідно також відмітити наявність низки методичних варіантів у зв'язку із спрямованістю тестування. Так один з них передбачає комплексну оцінку спеціальної фізичної підготовленості з використанням широкого поля різнобічних тестів. Інший підхід передбачає оцінку якоїсь однієї якості (витривалості, або швидкісно-силової якості та ін.), з використанням для цього декількох спеціальних тестів та обмеженої кількості показників, що реєструються. Ще один підхід спрямований на оцінку стану спортсмена стосовно якогось одного вияву якості (наприклад, швидкості бігу з м'ячем) [1, 3, 5, 6]. Отже, необхідно відмітити, що засоби та методи контролю за тренувальною та змагальною діяльністю науково обґрунтовані та широко застосовуються у повсякденній практиці футболу.

Відносно велика кількість робіт присвячені контролю психічних процесів, що відрізняються великою динамічністю, варіативністю як у часі, так і у різних специфічних ситуаціях, пов'язаних з високим рівнем нервових процесів, зокрема збудження, що є наслідком постійних змін ігрових ситуацій [2, 5].

Реальний внесок у розробку засобів та методів контролю стану системи дихання та енергозабезпечення був зроблений у ряді робіт, де запропонований комплекс ергометричних тестів тривалістю 15, 60 та 240 секунд, що дозволяють характеризувати потужність, ємність та економічність механізмів енергозабезпечення у футболістів дитячого віку за допомогою відповідних критеріїв та оціночних таблиць [1, 5, 8].

Необхідно також відмітити, що зміст контролю у дитячо-юнацькому футболі обмежений комплексом тестів, які характеризують переважно фізичні кондиції гравців. В той же час тести технічної підготовленості містять найпростіші завдання, що дозволяють дати оцінку рівня володіння м'ячем в жонгливанні, веденні та в ударах на дальність і в ціль [1, 4, 5]. В зв'язку з цим треба зазначити, що запропоновані у багатьох наукових дослідженнях та навчальних програмах тести з технічної підготовленості дозволяють, певною мірою оцінити ступінь оволодіння юними спортсменами елементами атакуючих тактичних дій та отримати інформацію, щодо шляхів їх удосконалення. Також очевидним є те, що високий рівень володіння м'ячем не може обумовлювати ефективного виконання ними захисних тактичних дій (відборів, перехоплень, протидій та ін.) Отже необхідно зазначити, що питання контролю за процесом навчання юних футболістів вивчене не достатньо глибоко і потребує спеціалізованих досліджень, які б дозволили визначити комплекс факторів, що обумовлюють ефективність навчально-тренувального процесу.

Аналізуючи ситуацію, що склалася стосовно напрямків комплексного контролю у дитячо-юнацькому футболі, необхідно відмітити, що дослідження, спрямовані на вирішення окремих питань та накопичення інформації, повинні бути сконцентровані на головних напрямках удосконалення єдиної системи контролю.

У ході засвоєння азів футбольної гри та удосконалення власної майстерності у юних футболістів поступово формується вміння критично оцінювати та аналізувати свої дії та вчинки, виробляються навички швидко приймати у конкретній ситуації максимально ефективні рішення, формується вміння в критичні моменти брати ініціативу в свої руки, переборювати труднощі і боротися до кінця, вміння рахуватися з думкою інших людей, а також, за необхідності, підпорядковувати власні інтереси інтересам колективу. Це далеко не повний перелік тих загальнолюдських якостей, формуванню яких у дітей та юнаків можуть активно сприяти усвідомлені й регулярні заняття футболу. Переконаливими аргументами на користь сказаного можуть бути, на наш погляд, конкретні подальші факти.

Наші дослідження, які проводились на базі Чернігівської загальноосвітньої школи-інтернату імені Ю.М. Коцюбинського, Комплексної дитячо-юнацької спортивної школи – сприяли запровадженню авторської моделі до системи навчально-тренувальної підготовки футболісток 11-15 років, яка ґрунтується на основі цілісності процесу індивідуалізації нормування рухових навантажень, розвитку і збагачення їхніх рухових умінь і навичок та формування ціннісних орієнтацій на фізичне вдосконалення й спортивне тренування. Цьому слугувало розроблене й впроваджене нами в тренувальну практику методичне забезпечення: система педагогічних завдань рухового, інтелектуального і оздоровчого спрямування; система моніторингу фізичної підготовленості дівчат; авторська методика до тренувальних занять (варіативний компонент), яка передбачає, що в ході навчально-тренувального заняття задачі підбираються на основі наявних відмінностей на рівні фізичної, технічної і тактичної підготовленості футболісток [3, 4].

**Висновки.** Отже, враховуючи вищезазначене, можна стверджувати, що жіночий футбол розглядається не лише як засіб фізичної підготовки, засвоєння технічної і тактичної сторони цієї гри, але й підвищення розумової працездатності, зняття втоми, що виникає в ході навчальних занять із загальноосвітніх дисциплін. Футбол формує такі позитивні навички і риси характеру, як уміння підкоряти особисті інтереси інтересам колективу, класу, команди, взаємодопомога, активність, почуття відповідальності тощо. Так, систематичні заняття футболом здійснюють всебічний вплив на організм школярів, підвищують загальний рівень їхньої рухової активності, удосконалюють функціональну діяльність організму, забезпечуючи правильний фізичний розвиток, а заняття футболом на відкритому повітрі дають високий загартовуючий ефект.

Фізичне виховання та спорт у підлітковому віці має бути спрямоване на вдосконалення процесів соматичного росту та розвитку організму дитини, шляхом створення для нього найбільш сприятливих умов. Досягнути цього можна тільки на основі врахування біологічних законів росту, впливу зовнішнього середовища на організм. Вирішенню даної проблеми сприятимуть дослідження фізичного розвитку школярів за умов різної організації їх рухової активності. Особливості соматичного розвитку юних футболістів на сьогодні фрагментарні і вивчені недостатньо. Для обґрунтування впливу занять футболом в умовах різних рухових режимів на організм дітей і підлітків необхідні комплексні дослідження фізичного розвитку у взаємозв'язку з руховим і функціональним розвитком.

**Перспективи подальших досліджень** ґрунтуються на засадах необхідності системних розробок з проблем морфофункціонального розвитку та зміцнення здоров'я дівчат-футболісток в умовах спортивних інтернатів, ДЮСШ, оскільки, переважаюча спрямованість навчально-тренувального процесу на спортивний результат не вирішує вищезазначених питань.

### Використані джерела

1. Ареф'єв В.Г. Фізичне виховання в школі / В.Г. Ареф'єв, В.В. Столітенко – К. : ІЗИН, 1997. – 171 с.
2. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Л.В. Волков – К. : Олимпийская литература, 2002. – 294 с.
3. Донець І. О. Проблеми індивідуалізації фізичної підготовки школярів / І. О. Донець // Вісник ЧНПУ імені Т. Г. Шевченка. – Чернігів : ЧДПУ, 2010. – № 81. – С. 197-199.
4. Донець І. О. Програмування навчально-тренувального процесу дівчат-футболісток за результатами моніторингу рухової підготовленості / І. О. Донець // Вісник ЧНПУ імені Т. Г. Шевченка. Вип. 97 / – Чернігів : ЧНПУ, 2012. – № 97. – С. 332-335.
5. Зеленцов А.М. Моделирование тренировки в футболе / А.М. Зеленцов, В.В. Лобановский. – К.: Здоров'я, 1985. – 136 с.
6. Круцевич Т.Ю. Модельно-целевые характеристики физического состояния в системе программирования физкультурно-оздоровительных занятий с подростками / Т.Ю. Круцевич // Наука в олимпийском спорте, 2002. – № 1. – С. 23-29.
7. Лисенчук Г.А. Управление подготовкой футболистов / Г.А. Лисенчук. – К. : Олимпийская литература, 2003. – 271 с.
8. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов / Л.П. Матвеев. – К. : Олимпийская литература, 1999. – 317 с.

*Donets I.A.*

### GROUND TEORETIKO-METHODICAL CONTROL BASES IN CHILD'S FOOTBALL

*Separate methodical variants are analysed in connection with the orientation of testing of young sportsmen, scientifically grounded facilities and control methods which are widely used in everyday practice of football of different age-dependent groups.*

**Key words:** *physical education, schoolchildren, football, girls-footballers, teaching and educational process.*

*Стаття надійшла до редакції 19.09.2013 р.*

