

спрямована на всебічний розвиток фізичних якостей через загально-розвивальні вправи та рухливі ігри. Використовуються вправи на баланс, швидкісні та силові вправи.

3. За допомогою проведення експерименту було доведено позитивний вплив використання легкоатлетичних вправ на розвиток фізичних якостей дітей 8-9 років, що свідчить про те, що експериментальна методика може бути використана для покращення рівня розвитку фізичних якостей дітей 8-9 років.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Борейко Н. М. Оптимізація фізичного виховання дітей 7–8 років засобами легкої атлетики : автореферат дис. кандидат наук з фізичного виховання і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Н. М. Борейко – Львів. держ. ін-т фіз. культури. – Л., 2002. – 22 с.
2. Ващенко О. Свириденко С. Здоров'язберігаючі технології в загальноосвітніх навчальних закладах. Директор школи. 2006. №20. С. 12-15.
3. Гриценко І.М. Вплив дистанційного навчання на фізичний розвиток молодших школярів (з досвіду роботи) : навчально-методичний посібник / за заг. ред. Ж. В. Федірко. Кропивницький : КЗ «КОІППО імені Василя Сухомлинського», 2024. 32 с.
4. Кулик Н. А. Корекція фізичного стану дошкільників 5-6 років з використанням елементів легкої атлетики: автореф. дис.. на здобуття наук. ступення канд. наук : 24.00.02. Харків, 2014. 20 с.
5. Маслюк І. П., Кулик Н. А. Парціальна програма з фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку «Юний легкоатлет». Суми : ВВП «Мрія», 2015. 32 с.
6. Шестерова Л. Є., Рибальченко Т. П., Крайник Я. Б., Власенко Е. Г. Легка атлетика. Аналіз техніки та методики навчання. Харків : ДАФК, 2012. 180 с.

Дябелко Єлизавета, Кулик Ніна

ОСОБЛИВОСТІ ВІДБОРУ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ

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

Анотація. У статті розглядається питання проблеми відбору та спортивної орієнтації спортсменів у футболі як тривалому процесі. Розглядається проблема спортивного відбору з біологічної позиції у спорті. Автором запропоновані контрольні нормативи з футболу для відбору хлопчиків у підготовчі групи ДЮСШ.

Ключові слова: футбол, відбір, спортивна орієнтація, початкова підготовка, спортивна спеціалізація.

Diabelko Yelyzaveta, Kulyk Nina. Features of the selection of young football players at the stage of initial training.

Abstract. The article examines the issue of selection and sports orientation of athletes in football as a long-term process. The problem of sports selection from a biological position in sports is considered. The author proposed control standards for football for the selection of boys in the preparatory groups of the Junior High School.

Keywords: football, selection, sports orientation, initial training, sports specialization.

Постановка проблеми. Проблема відбору спортсменів у футболі досліджувалася провідними вітчизняними (Дулібський А. В., Яценко А. В., Ніколаєнко В. В. (2003), Костюкевич В. М. (2009), Ніколаєнко В. В. (2014) та іноземними спеціалістами D. Martin (1982), D. Harre (1986).

Слід зазначити, що проблема відбору одарованих дітей у різних видах спорту знаходиться в стадії емпіричного пошуку.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проаналізувавши науково-методичні джерела слід відмітити, що питанням відбору юних футболістів, займалися Алов В. А., (1988), Дулібський А. В., Яценко А. Г., Ніколаєнко В. В., (2003). Доведено, що основною задачею на етапі початкової підготовки у спортивному відборі є допомога дитини із визначенням виду спорту для подальшого заняття. Вірне визначення зазначає ефективність роботи ДЮСШ, окремих тренерів чи організаторів футболу, але має і велике соціальне значення [2; 3].

Слід зазначити, що «спортивний відбір» – є пошуком обдарованих дітей, які в майбутньому досягнуть високих результатів у обраному виді спорту [4]. Якщо говорити про «спортивну орієнтацію» то це є висока майстерність, яка базується на здобуті задатків та здібностей юного спортсмена його індивідуальності і формування спортивної майстерності в обраному виді спорту [4]. Вона може стосуватися окремо обраного виду спорту, динаміки навантаження і структури тренувального процесу, визначення та корегування методів, засобів тренування, які в подальшому впливають на змагальну діяльність спортсмена.

Мета роботи: є теоретичне обґрунтування змісту спортивного відбору на етапі початкової підготовки у футболі.

Згідно з метою роботи визначені **завдання:**

1. Вивчити та проаналізувати основи спортивного відбору в системі спортивної підготовки у спорті.
2. Розкрити зміст основних теоретичних понять спортивного відбору в системі спортивної підготовки у футболі.

Результати досліджень. Аналіз літератури, надав додаткову інформацію про спортивну орієнтацію, як вибір напрямку досягнення результату у спорті, що є визначенням задатків та можливості спортсменів, відповідно індивідуальної особливості формованої його майстерності у обраному виді спорту [4].

Потрібно відмітити, що «спортивний відбір» та «спортивна орієнтація» є безупинний процес, який охоплює всю багаторічну підготовку спортсмена для досягнення високих спортивних результатів [4].

Вище сказаного свідчить, що «спортивний відбір» повинен вирішувати задачу виявлення перспективних людей, з яких можна підготувати видатних спортсменів, а «спортивна орієнтація» – визначати стратегію і тактику цієї підготовки в системі навчання і тренування. Отже, головним завданням «спортивного відбору» на початковому етапі – є виявлення у дитини природних задатків до певного виду спорту [2; 3; 5].

Спеціальний аналіз (В.І. Чудінова, 1967) засвідчив, що лише у восьми з 61 виду спорту (13%) «директивний» (приведений у програмі для ДЮСШ)

вік збігається з фактичним віком початку занять спортом олімпійців останнього десятиліття.

У переважній більшості видів спорту фактичний вік початку занять сильніших спортсменів на 3–5 років більше «директивного». У зв'язку з цим керівникам ДЮСШ, що наголошують на притягненні до занять дітей 6–7 років, необхідно врахувати такі обставини, які наведені в таблиці 1.

Таблиця 1

Вік, сприятливий для початку занять у ряді видів спорту

Вид спорту	Хлопці	Дівчата
Плавання	9-12	8-11
Веслування на байдарках	13-16	13-16
Велосипедний спорт	14-16	14-16
Академічне веслування	15-17	-
Ковзанярський	13–15	13–15
Біг (100-400 м)	13-14	13-14
Біг (800-1500 м)	14-16	14-16
Спортивна гімнастика	8-9	6-8
Художня гімнастика	-	6-8
Важка атлетика	-	-
Боротьба	12-14	-
Гандбол	11-13	10-12
Волейбол	12-14	11-13
Футбол	12-14	-

На сьогодні результати спостереження свідчать, що у спорт батьки дітей стараються відати як можна раніше ніж обумовлено у документах ДЮСШ. Результати науково-методичних джерел тлумачать, що діти, які раніше приступили до занять спортом, як правило, раніше й ідуть зі спорту. І дійсно, численні спостереження показують, що діти, які почали тренуватися у 6–8-літньому віці, у багатьох випадках припиняють заняття спортом у 15–17 років, тобто до оптимального віку для досягнення найвищих результатів [4].

Практика свідчить, що краще дітей залучить на 2–3 роки пізніше до зайняття спортом, чім зробити це на такий же строк раніше. Необхідною умовою початкового відбору дітей у ДЮСШ є проведення його після курсу обов'язкового навчання дітей основам видів спорту. Бажано, щоб такий курс включав не менше 30 уроків. Це забезпечує не тільки оволодіння дітьми корисними для життя навичками, але і значно підвищує ефективність оцінки перспективності в дітей. При відсутності масового навчання легко схибити і прийняти тих, що краще плавають, бігають або катаються на велосипеді, за більш здібних [4; 5].

Досвід показує, що при початковому навчанні діти невеликого росту і міцної статури краще освоюють спортивну техніку, швидше прогресують. Проте саме вони «відсіваються» як малоперспективні вже на перших етапах багаторічного підготування. У той же час сухорляві, високого росту діти, на ранніх етапах, як правило, важче освоюють техніку, згодом стають спортсменами високого класу в різноманітних видах спорту.

За результатами досліджень Н.Ж. Булгакової (1986), спостерігається тісний зв'язок між ростом дітей у 11–16-літньому віці. У 12-літньому віці хлопчики досягають приблизно 86% свого майбутнього росту.

Проблема віку для відбору і залучення дітей до початкових занять спортом сьогодні є вузлом суперечностей теорії і практики спорту [4]. Різноманітні темпи морфофункціонального розвитку не байдужі для спортивної педагогіки, і вона враховує їх у процесі підготування юного спортсмена таким чином, щоб поєднати в часі періоди прискореного вікового розвитку тих або інших функцій організму зі спрямованою тренувальною роботою [1; 2; 3; 5].

Цілком очевидно, що урахування сприятливих періодів розвитку людини є дуже істотним і при визначенні термінів початку спортивних занять. Так, якщо у видах спорту, де швидкісні якості мають вирішальне значення для досягнення спортивного результату, проведення відбору, а отже, і спрямовану роботу з розвитку швидкісних якостей доцільно починати в 7–10 років.

Тренери відбирають найбільш здібних дітей у групи початкової підготовки ДЮСШ за нормативами, що представлені в таблиці 2 [1].

Таблиця 2

Нормативи для відбору хлопчиків у підготовчій групі ДЮСШ

Контрольна вправа (тест)	Вік спортсменів (роки)		
	6	7	8
Загальна фізична підготовка			
Біг 15 м з місця, с	3,40	3,28	3,09
Біг 15 м з ходу, с	2,97	2,88	2,73
Біг 30 м, с	5,90	5,80	5,7
Човниковий біг 3х10м, с	9,90	9,60	9,1
Біг 50м, с	9,10	9,00	8,9
Біг 300м, с	-	-	63,0
Стрибок у довжину з місця, см	140	150	160
Потрійний стрибок, см	310	350	380
5-ти кратний стрибок, см	-	-	790
Стрибок у гору з місця, см	23,0	26,0	27,0
Спеціальна фізична та технічна підготовка			
Біг на 30 м з веденням м'яча, с	9,00	8,50	7,5
Удар по м'ячу на дальність, м	-	-	25,0
Укидання м'яча на дальність, м		7	8
Жонгливання м'ячем, кі-сть разів		8	10

Доцільно відбирати для початкових груп ДЮСШ спортсменів, що набрали не менше половини задовільних оцінок за тести. За цієї умови процент відсіву дітей з ДЮСШ після етапу початкової спортивної підготовки – 12–16% відібраних, тоді як при масовому наборі без попередніх тестових випробовувань відсів дітей (як неперспективних для подальшої спортивної спеціалізації) коливається в межах 70–80% [1]. Початкова підготовка є важливою ще й тому, що вона дозволяє до десятирічного віку сформувати стійкий інтерес до занять.

На прикінці етапу початкової підготовки проводиться спеціалізований відбір з метою комплектації груп попередньої базової підготовки. Тренером протягом 1–1,5 року проводиться спостереження за дитиною, визначається рівень спеціальної фізичної підготовленості за тестами, рівень фізичного розвитку та рухових здібностей.

На другому рівні відбору вирішальне значення набуває оцінка росту здібностей, які визначають досягнення високого результату, враховується стан здоров'я, успішність у школі, відвідування тренувань, виконання програмних вимог ДЮСШ. Навіть за допомогою сучасної обчислювальної техніки неможливо визначити інтегральні показники, які б достатньо остаточно охарактеризували рівень спортивних здібностей. Тому остаточне рішення про зарахування в учбово-тренувальні групи має прийматися на основі аналізу можливості досягнення юним спортсменом найвищої майстерності.

Висновки та перспективи подальших досліджень. На підставі аналізу науково-методичної літератури та особистого досвіду роботи у сфері фізичної культури і спорту було вивчено, що відбір юних футболістів на етапі початкової підготовки є актуальним. Виходячи з цієї концепції нами було розроблено методику відбору юних футболістів на етапі початкової підготовки, яка наш погляд забезпечує розвиток фізичної та технічної підготовленості футболістів, що впливатиме на спортивний відбір у футболі як раціональна система педагогічного пошуку одарованих дітей.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Авраменко В.Г., Гончаренко В.І., Бабарико В.Є. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву та шкіл вищої спортивної майстерності / під редакцією О.П. Моргушенка. К.: ЗАТ «Броварська друкарня», 2003. 112 с.
2. Дулібський А. Спортивний відбір у футболі як раціональна система педагогічного пошуку обдарованих людей у галузі спорту. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова*. № 8 (128). 2020. С. 54-60.
3. Дулібський А.В. Спортивний відбір у футболі як раціональна система педагогічного пошуку обдарованих людей у галузі спорту. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. Випуск 8 (128). 2020. С. 50-60.
4. Сергієнко Л.П. Спортивний відбір: теорія та практика. У 2 кн. Книга 1. Теоретичні основи спортивного відбору: підручник. Тернопіль: Навчальна книга «Богдан», 2009. 672 с.
5. Brown J. Sport talent. Champaign, Ill Human Kinetics, 2001. 300 p.

Жук Богдан, Максименко Людмила

ОБҐРУНТУВАННЯ ПЕДАГОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ФУТБОЛІСТІВ

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

Анотація. Обґрунтовано новий методичний підхід для покращення процесу підготовки футболістів. Перший етап полягав у отриманні максимальної кількості інформації стосовно спортсменів. Другий етап – моніторинг та аналіз отриманої інформації. Третій етап – намагатися створити віртуальну реальність. Четвертий етап – індивідуалізація тренувань. П'ятий етап – дистанційні тренування. Зазначені підходи сприяють зворотньому зв'язку із