

**Висновки.** Підводячи підсумок вищевказаного відмічаємо, що сучасний футбол багато в чому змінив функції гравців, а відповідно і вимоги до спортсменів та їх рівню підготовленості. Визначено ефективність впливу розробленої методики та підтверджено актуальність удосконалення техніки футболу під час навчання в закладх вищої освіти, запроваджена та експериментально обґрунтована методика для удосконалення технічної підготовки значно підвищила результати в тестах у спортсменів ЕГ, що свідчить про її ефективність та достатній рівень технічної підготовленості футболістів експериментальної групи.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Авраменко В. Г., Гончаренко В. І., Джус О. М. та ін. Футбол : навч. прогр. для дитячо-юнацьких спорт. шк., спец. дитячо-юнацьких шк. олімп. резерву та шк. вищ. спорт. Майстерності. К. : Наук.-метод. ком. ФФУ, 2003. 106 с
2. Годик М.А. Шамардин А.И., Халиль И. Командные, групповые и индивидуальные футбольные упражнения и их соотношение в тренировках юных футболистов. *Теория и практика физ. культуры.*
3. Костюкевич В.М. Побудова тренувальних занять у футболі: навчальний посібник. Вінниця: «Планер», 2013. –194 с.
4. Костюкевич В.М. Теорія і методика спортивної підготовки у запитаннях і відповідях. Навчально-методичний посібник. Вінниця: Планер, 2016. 159 с.
5. Костюкевич В. М. «Теорія і методика спортивної підготовки» (на прикладі командних ігрових видів спорту). Навчальний посібник. Вінниця: Планер, 2014. 616 с.
6. Чхайло М. Б., Кравченко І. М., Гладов В. В. Удосконалення технічної підготовки футболістів збірної команди України з вадами зору. *Електронний науковий журнал «Спортивні ігри»*. Харків, № 4 (10). 2018. С. 51–59.

**Литвиненко Валерія, Кулик Ніна**

## СТРУКТУРА ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ Й ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ СПЕЦІАЛЬНОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ КВАЛІФІКОВАНИХ СПОРТСМЕНІВ З ХОКЕЮ НА ТРАВІ

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

**Анотація.** У даній статті розглянуто питання про структуру змагальної діяльності спортсменів. Розкрито особливості змагальної діяльності прояву спеціальної працездатності кваліфікованих спортсменів з хокею на траві.

**Ключові слова.** Змагальна діяльність, спортсмени, хокей на траві, підготовка.

**Litvinenko Valeria, Kulyk Nina. STRUCTURE OF COMPETITIVE ACTIVITY AND FEATURES OF MANIFESTATION OF SPECIAL WORKABILITY OF QUALIFIED FIELD HOCKEY ATHLETES**

**Abstract.** This article discusses the structure of competitive activities of athletes. Peculiarities of competitive activity of manifestation of special working capacity of qualified sportsmen on field hockey are revealed.

**Key words.** Competitive activities, athletes, field hockey, training.

**Постановка проблеми.** В останній час, при умові стрімкого зростання спортивних досягнень, з'явилась необхідність подальшого вдосконалення наукових основ теорії і методики підготовки спортсменів вищої кваліфікації. А саме, управління підготовкою спортсменів, прогнозування, моделювання та програмування спортивних результатів [3]. Спортивна наука істотно окреслила важливість вивчення змагальної діяльності та її моделі (стандарту), досягнення якої у вигляді спортивного результату є системо утворюючим фактором, що визначає процес підготовки на конкретному етапі [5]. Різні параметри, що характеризують ті чи інші компоненти змагальної діяльності, з одного боку, взаємообумовлені, а з іншого – часто слабо пов'язані один з одним і вимагають диференційованої оцінки і відповідного вдосконалення. Незважаючи на те, що поняття «змагальна діяльність» є основоположним в теорії і практиці спорту, його розуміння неоднозначне, а фахівці сходяться в тому, що структура цієї діяльності досить складна і вимагає всебічного вивчення. Лише визначивши інформативність, раціональність і ефективність окремих параметрів, можливо об'єктивно оцінити сильні і слабкі сторони змагальної діяльності спортсмена, розробити відповідну модель і визначити шляхи і засоби її досягнення.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Одним з важливих напрямків підвищення спортивної підготовки кваліфікованих спортсменів є вдосконалення системи управління тренувальним процесом на основі об'єктивних знань про структуру змагальної діяльності та підготовленості спортсменів. При цьому, в системі спортивного тренування широко використовується поняття функціональної підготовленості спортсменів, яка розглядається як сукупність таких можливостей організму, що обумовлюють його спеціальну працездатність за певних вимог конкретного виду змагальної діяльності. Структура змагальної діяльності спортсменів визначає її спортивну підготовку [1].

**Мета нашого дослідження** є теоретично обґрунтувати структуру змагальної діяльності кваліфікованих спортсменів з хокею на траві.

Прояв спеціальної працездатності кваліфікованих спортсменів є поки єдиною областю діяльності людини, де у видатних спортсменів всі системи організму функціонують в зоні абсолютних фізіологічних і психологічних меж організму. Основою для забезпечення високого рівня спеціальної працездатності спортсмена в умовах змагань, є взаємозв'язок з рівнем техніко-тактичної, фізичної, психологічної та іншими видами підготовленості.

Змагання є органічною частиною навчально-тренувального процесу і посідають у ньому одне з центральних місць. Усі спортсмени, від новачка до майстра спорту, регулярно беруть участь у великій кількості змагань протягом року.

**Результати дослідження та їх обґрунтування.** Для підвищення спортивної майстерності кваліфікованих спортсменів Федерація хокею на траві України регулярно проводить змагання різного рівня, чемпіонати, турніри, команди активно приймають участь у міжнародних змаганнях. Змагання з хокею на траві представляють собою збалансовану діяльність гравців, які включають в себе сукупність дій у процесі гри, які об'єднані єдиною змагальною метою – перемогою. Звичайно окремі рухи і дії гравця ще не характеризують його змагальну діяльність, а стають її компонентом лише в разі поєднання на основі цілісної структури. Направляючим фактором, який визначає структуру змагальної діяльності є спрямованість на найвище досягнення для даного гравця, або команди [2]. Складність змагальної діяльності в хокеї на траві пов'язана із необхідністю урахувати структуру як індивідуальних, так і командних дій. Тим самим до числа факторів, які обумовлюють структурні зміни змагальної діяльності можна також назвати і вікові та кваліфікаційні розбіжності.

Структура ігрової діяльності включає в себе відокремлюючі компоненти. Ці компоненти пов'язані з інтелектуальною і психічною діяльністю хокеїста, рівнем його техніко-тактичної майстерності й фізичної підготовленості. Тому у якості елементів структури можуть виступати і такі характеристики як сприйняття середовища, поведінка партнерів і суперників. А особливо, динаміка особистого стану дій, аналіз отриманої інформації із зіставленням з отриманим досвідом і метою змагань, вибір на підставі цього і прийняття рішення, його втілення в відповідних рухових діях [2]. Велике значення в хокеї на траві грає тактична зрілість та ігровий досвід і час необхідний для досягнення найвищих результатів, який складає близько 10–12 років.

Для успішного виступу у змаганнях необхідна спеціальна змагальна підготовка. Однієї тренувальної діяльності, якою б досконалою вона не була, для успіху недостатньо. Регулярна участь у змаганнях з різними за стилем і рівнем підготовленості командами є обов'язковою умовою для набуття та вдосконалення спортсменами необхідних змагальних якостей, що сприяють ефективному виступу у головних змаганнях.

Вивчивши структуру змагальної діяльності висококваліфікованих хокеїстів, виявили співвідношення найбільш значущих техніко-тактичних дій для гравців лінії захисту: передачі, перехоплення та відбір, для напів захисту: передачі, зупинки і перехоплення, для нападаючих: передачі, обводи і зупинки.

Спостерігаючи за структурою комплексних взаємодій хокеїстів виявили, що з ростом спортивної майстерності і підвищення збалансованості всіх ліній команди, значно зростає обсяг колективних взаємодій. Це наглядно відображається в обсязі взаємодій з чотирма і більш діями у межах розіграшу одного м'яча без його втрати [3].

**Висновки.** Отже, щоб навчально-тренувальний процес був ефективним, потрібно враховувати структурні особливості, які відображають різні аспекти змагальної діяльності. Однак всебічне ті знання про структуру ігрової діяльності та фактори, що її забезпечують, лише складають необхідні передумови для досягнення запланованого результату. Практичне ж досягнення залежить від здібності гравця та команди реалізувати їх у відповідальних змаганнях. Тільки фізична підготовка, що виступає однією з важливіших структурних одиниць загальної структури тренування спортсменів високої кваліфікації та суттєво впливає на змагальну діяльність, підвищуючи або лімітуючи виконання техніко-тактичних прийомів на рівні, що вимагає сучасний хокей на траві, спортсмен здатний досягнути найвищих результатів [4]. Підвищення рівня фізичної підготовленості хокеїсток на траві повинно відбуватися з урахуванням вимог виконання ними ігрових функцій і відповідати етапам спортивної форми (набуття, стабілізації).

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ**

1. Платонов В. М., Булатова М. М. Фізична підготовка спортсмена. К.: Здоров'я, 1995. 320 с.
2. Поплавський Л. Ю. Баскетбол : підручник для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту. К.: Олімпійська література, 2004. 447 с.
3. Сергієнко Л. П. Спортивний відбір: теорія та практика у 2 кн. Книга 1. Теоретичні основи відбору : підручник. Тернопіль : Навчальна книга. Богдан, 2009. 672 с.
4. Хокей на траві: навч. прог. [для дитячо-юнацьких спорт. шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімп. резерву, шкіл вищ. спорт. майстерності та училищ олімп. резерву] / В. М. Костюкевич, В. І. Ус, Ф. П. Новік. К.: Республіканський науково-методичний кабінет Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту, 2005. 110 с.
5. Шкретій Ю. М. Управління тренувальними і змагальними навантаженнями спортсменів високого класу. К.: Олімпійська література, 2005. 257 с.

**Лубашев Ілля, Чхайло Микола**

## **ТЕХНІЧНА ПІДГОТОВКА ФУТБОЛІСТІВ 8–9 РОКІВ**

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

**Анотація.** У статті розглядається питання технічної підготовки футболістів-початківців. Автором запропоновано комплекс заходів для удосконалення технічних прийомів протягом річного тренувального циклу.

**Ключові слова:** технічна підготовка, тренувальний процес, юні футболісти.

**Lubashev Ilya, Chkhailo Mykola. TECHNICAL TRAINING OF FOOTBALLERS 8–9 YEARS OLD**

**Abstract.** The article deals with the issue of technical training of beginner football players. The author proposes a set of measures to improve technical techniques during the annual training cycle.

**Key words:** technical training, training process, young footballers.