

особистих досліджень і власний спортивний та тренерський досвід свідчать, що провідними чинниками, які вказують на причини незастосування ІГТ у гирьовому спорті, є: незнання про прилад ІГТ і його успішне застосування в медицині й спортивній практиці, сумніви щодо успішного застосування ІГТ, велика вартість придбання приладу, низька доступність використання.

#### **ВИСНОВКИ**

1. Встановлено, що сучасному стану застосування інтервального гіпоксичного тренування в гирьовому спорті не надається достатньої уваги, не існує єдиного ставлення до ІГТ.

2. За результатами анкетування визначено, що у спортсменів із більшим спортивним досвідом та вищим рівнем підготовленості показники знань про ІГТ вищі, ніж у гирьовиків-розрядників і КМС.

3. Виявлено основні чинники, що вказують на причини незастосування ІГТ, серед яких: незнання про ІГТ, недовіра, велика вартість і низька доступність застосування ІГТ у гирьовому спорті.

**ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ** полягають у виявленні можливості застосування інтервального гіпоксичного тренування у підготовці спортсменів-гирьовиків для збереження й підвищення високої фізичної працездатності.

#### **ЛІТЕРАТУРА**

1. Булгакова Н. Ж. Особливості впливу безперервного та інтервального методів тренування // Теорія і практика фізичної культури. – 1981. – С. 3–14.

2. Верхошанский Ю.В. Теорія і методологія спортивної підготовки: блокової системи тренування спортсменів високого класу // Теорія і практика фіз. культури. – 2005. – № 4. – С. 2–14.

3. Волков Н. І. Інтервальне тренування в спорті. – М. : Фізкультура і спорт, 2000. – 162 с.

4. Колчинская А. З. Дихання при гіпоксії: Керівництво з фізіології. – Т. Дихання. – М. ; Л. : Наука, 1996.

5. Хоточкіна Л. В., Стаценко Н. І. Інтервальне гіпоксичне тренування як засіб поліпшення фізичного стану веслярів високої кваліфікації, підвищення працездатності // Hypoxia Medical J. 1993. – № 2. – С. 38–40.

6. Ehrenbourg, I.V. The efficiency of interval hypoxic training in therapy of chronic obstructive pulmonary diseases / I.V. Ehrenbourg, I.I. Kondrykinskaya // Hypoxia Medical J. 1993. – № 1. – P. 17.

7. Hamlin M.J., Hellemans J. Effect of intermittent normobaric hypoxic exposure at rest on haematological, physiological, and performance parameters in multi-sport athletes // Journal Sports Sciences. – February 15th 2007; 25(4): 431 – 441.

8. Hellemans J. Intermittent Hypoxic Training, A Pilot Study // PROCEEDINGS from the Gatograd International Triathlon Science II Conference Noosa Australia, Nov. 7 – 8, 1999.

9. Kolchinskaya A.Z., Darsky A.M. A special protocol for Calculating the parameters of body oxygen regimen and Computer calculation of hypoxia degree. // Hypoxia Med. J.–1993.–N 1.–P.10–13.

10. Whyte P.G., Lane A., Pedlar C., Godfrey R. Intermittent hypoxic training in process of pre-acclimation among GB biathlon team preparing for the 2002 Olympic Games // 12<sup>th</sup> Commonwealth International Sport Conference. Theses of reports. – Manchester, 2002, 19-23 July. – P.435.

11. Wilkie K. Hypoxicator // Fitness and Speed Skating Times, Nov 2000. USA – P.11.

**Николаенко В. В.**

**Национальный университет физического воспитания и спорта Украины**

### **ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПРОЦЕСС В СИСТЕМЕ МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ: СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ**

*Анализ литературных данных и обобщение отечественного и международного практического опыта позволяют сделать некоторые заключения о том, что*

особенности управления подготовкой футболистов, включая методы и формы организации, в Украине и странах Западной Европы различаются. Эти различия логически вытекают из целей, задач, а также особенностей стратегии подготовки спортсменов. Представляется, что, именно, целевая направленность на долгосрочную подготовку перспективных футболистов, должна определять организационно-методические особенности тренировочного процесса в Украине.

Цель исследования – осуществить сравнительный анализ организационно-методических особенностей многолетней подготовки юных спортсменов в ведущих футбольных странах Западной Европы и в Украине. В качестве материала для исследований привлечена информация, которая содержится в программно-нормативных документах и учебных программах ведущих европейских футбольных клубов и федераций. Рассмотрены особенности управления подготовкой юных футболистов в Украине и странах Западной Европы, включая методы и формы организации, а также критерии оценки эффективности тренировочного процесса. Установлено, что целевой установкой украинских тренеров детско-юношеских футбольных команд является достижение текущего результата, а не обеспечение высокого качества и эффективности тренировочного процесса, направленного на индивидуальное развитие и подготовку креативного игрока.

Обоснованы подходы к внесению изменений в практику многолетней подготовки юных футболистов в Украине. Полученные результаты могут быть положены в основу исследований, посвященных научному обоснованию подходов к адаптации опыта стран Западной Европы в сфере организации тренировочного процесса и проведения детских соревнований к условиям других стран.

**Ключевые слова:** юные футболисты, организация, многолетняя подготовка, соревнования, мотивация, Западная Европа, Украина.

**Николаенко В. В. Тренувальний процес у системі багаторічної підготовки юних футболістів: порівняльний аналіз.** Аналіз літературних даних та узагальнення вітчизняного та міжнародного практичного досвіду дозволяють зробити деякі висновки про те, що особливості управління підготовкою футболістів, включаючи методи і форми організації, в Україні та країнах Західної Європи різняться. Ці відмінності логічно впливають з цілей, завдань, а також особливостей стратегії підготовки спортсменів. Видається, що, саме, цільова спрямованість на довгострокову підготовку перспективних футболістів, повинна визначати організаційно-методичні особливості тренувального процесу в Україні.

Мета дослідження - здійснити порівняльний аналіз організаційно-методичних особливостей багаторічної підготовки юних спортсменів у провідних футбольних країнах Західної Європи і в Україні. Як матеріал для досліджень залучена інформація, яка міститься в програмно-нормативних документах і навчальних програмах провідних європейських футбольних клубів і федерацій. Розглянуто особливості управління підготовкою юних футболістів в Україні та країнах Західної Європи, включаючи методи і форми організації, а також критерії оцінки ефективності тренувального процесу. Встановлено, що цільовою установкою українських тренерів дитячо-юнацьких футбольних команд є досягнення поточного результату, а не забезпечення високої якості та ефективності тренувального процесу, спрямованого на індивідуальний розвиток і підготовку креативного гравця.

Обґрунтовано підходи до внесення змін в практику багаторічної підготовки юних футболістів в Україні. Отримані результати можуть бути покладені в основу досліджень, присвячених науковому обґрунтуванню підходів до адаптації досвіду країн Західної Європи в сфері організації тренувального процесу і проведення дитячих змагань до умов інших країн.

**Ключові слова:** юні футболісти, організація, багаторічна підготовка, змагання, мотивація, Західна Європа, Україна.

**Nikolaenko V.V. Training lessons in system of long term preparation process of young football players: comparative analysis.** Analysis of published data and generalization of domestic and international experience can make some conclusions about that particular management training footballers, including methods and forms of organization in Ukraine and

*Western Europe differ. These differences follow logically from the objectives, goals, strategies and features of training athletes. It seems that, namely, goal orientation, long-term perspective on the footballers should determine the organizational and methodological features of the training process in Ukraine.*

*The purpose of the study - to carry out a comparative analysis of organizational and methodological features of long-term training of young athletes in the leading football countries in Western Europe and in Ukraine. As a material for research involved the information contained in the software and regulations and training programs of leading European football clubs and federations. The features of management training young footballers in Ukraine and the countries of Western Europe, including the methods and forms of organization, and the criteria for evaluating the effectiveness of the training process. Found that the desired installation Ukrainian coaches youth soccer teams is to achieve this result, rather than providing high quality and efficiency of the training process aimed at personal development and training, creative player. The approaches to making changes in the practice of long-term training of young footballers in Ukraine.*

*The results can be the basis for research on the scientific substantiation of the approaches to adapting the experience of Western Europe in the training process of the children's competitions and the conditions in other countries.*

**Key words:** *young footballers, the organization, long-term preparation, competition, motivation, Western Europe, Ukraine.*

**Введение.** Тенденции развития современного спорта предопределяют разработку долговременных программ по подготовке высококвалифицированного спортивного резерва для профессионального спорта. Это в полной мере относится и к футболу. Подготовка юных спортсменов должна базироваться на стройной преемственной методике тренировки, обеспечивающей эффективное становление спортивного мастерства, систематический рост функциональных возможностей и должную их реализацию [4, 7]. При этом основным критерием эффективности тренировочного процесса на начальных этапах подготовки юных футболистов должно быть планомерное развитие двигательных качеств и приобретение двигательных навыков, а только потом успешность соревновательной деятельности [2, 15].

Вместе с тем, анализ литературных данных и обобщение отечественного и международного практического опыта позволяют сделать некоторые заключения о том, что особенности управления подготовкой футболистов, включая методы и формы организации, в Украине и странах Западной Европы различаются. Эти различия логически вытекают из целей, задач, а также особенностей стратегии подготовки спортсменов. По мнению заслуженного тренера Украины П.А. Пономаренко, если идти к мастерству через результаты, то к цели приближаешься быстро, но от мастерства дальше. Если к результату идти через мастерство, то путь к цели будет длиннее, но зато к совершенству все ближе [5].

Представляется, что, именно, целевая направленность на долгосрочную подготовку перспективных футболистов, должна определять организационно-методические особенности тренировочного процесса в Украине.

Исследования проводилось в рамках темы 2.3 "Научно-методические основы совершенствования системы подготовки спортсменов в футболе с учетом особенностей соревновательной деятельности" Сводного плана НИР в области физической культуры и спорта Министерства по делам семьи, молодежи и спорта на 2011-2015 гг. (номер государственной регистрации 0111U001722), которая выполняется на кафедре футбола Национального университета физического воспитания и спорта Украины.

Цель работы – осуществить сравнительный анализ организационно-методических особенностей многолетней подготовки юных спортсменов в ведущих футбольных странах Западной Европы и в Украине. В качестве материала для исследований привлечена информация, которая содержится в программно-нормативных документах и учебных программах ведущих европейских футбольных клубов и федераций.

Методи дослідження: аналіз спеціальної літератури; аналіз програмно-нормативних документів і навчальних програм; метод порівняння і сопоставлення; метод педагогічного спостереження.

**Результати дослідження.** Аналіз реального положення в українському дитячо-юнацькому футболі, показав наявність ряду закономірностей і нерешених проблем:

- рівень футболу в країні неминуче падає в тому випадку, коли тренерів в більшій мірі хвилює спортивний результат, ніж стиль гри або природне проявлення творчості і майстерності юними гравцями. Це закономірно, оскільки статус дитячо-юнацької спортивної школи, як і критерії оцінки ефективності роботи тренера, по-прежнему визначаються спортивними досягненнями команд, кількістю підготовлених розрядників, а не індивідуальним розвитком і особистим зростом гравця, не якістю процесу навчання і гри команди [1, 3, 6];

- якість навчання юних футболістів зменшується в умовах, коли включаючи їх в регулярну змагальну діяльність з раннього віку, керівники футболу тим самим не поощряють творчих, думальних тренерів, а стимулюють функціонерів, які забезпечують високе турнірне положення команди, а не сприятливі умови для індивідуального розвитку гравців [1, 6];

- існуюча система багаторічної підготовки юних футболістів неминуче призводить до великих кадрових втрат. Це, зокрема, стосується одарених перспективних гравців, оскільки вони найбільш успішно справляються з вимогами змагальної і тренувальної практики. В той же час вони найбільше всієї і страждають від цього. Як правило, їм доводиться витримувати напружений графік змагань і тренувань, що призводить до того, що вони часто не в змозозі продовжити працювати над підвищенням своєї майстерності і творчих можливостей. В результаті багато з них «вгорають» і досить рано завершують спортивну кар'єру в підлітковому віці [3, 7]. Як відзначають спеціалісти, нацеленість на «перемогу будь-якою ціною» передбачає, зокрема, форсування тренувального процесу і як наслідок цього призводить до передчасного виснаження дитячого організму і травматизму, а також до обмеження тактико-технічного потенціалу юних спортсменів [8, 13, 14].

Проведений опитування серед дитячих тренерів показав: більш ніж 90% респондентів вказали на успішне виступлення в змаганнях як основну задачу, на яку їх орієнтує керівництво. Звідси, основним критерієм ефективності роботи тренера по-прежнему є зайняте місце в змаганнях. Звичайно, проблема заключається не тільки в прагненні команди одержати перемогу в окремому матчі або турнірі в цілому. Негативний вплив цього аспекту в контексті підготовки юних футболістів визначається вибраними засобами для їх реалізації. Практика нерідко свідчить, що технічна команда, яка грає в комбінаційний футбол, програє атлетичній, але не показуючій зрелищний футбол, команді. Існує достатньо прикладів, коли фізично розвинені гравці (акселератори) роблять за вказівкою тренера довгу безадресну передачу з наступною силовою боротьбою за м'яч, де перевага, через зростаючі параметри, у їх партнерів по команді. Головна подальше від воріт, неважливо як. На жаль, така практика поширена і гри дітей перетворюються в безглузду, ізолюючу великою кількістю єдиноборств гру [3].

Висшеописане, визначає особливості проведення тренувального процесу, єдиною метою якого є досягнення позитивного результату в змаганнях. Направленість і зміст підготовки юних футболістів зводиться до наступного:

- атлетична підготовка, заснована на вмінні виконувати дії

скоростно-силового характеру, т.е. вести єдиноборства;

- групові взаємодії, обумовлюючі мінімум імпровізації і прийняття, в основному, простих рішень;
- командна гра, як правило виключає короткі і середні передачі, дриблінг в першій і другій зонах.

Як наслідок в подавляючій більшості, тренери вибирають прагматичну гру з використанням нескладних засобів навчання для досягнення заветного результату. Ціна цього процесу – відсутність повноцінного тактико-технічного виховання, і виключення з гри імпровізації і тих тонкощів, які роблять гру зрелищною, а гравця креативним і майстерним.

Чому в сучасному футболі так востребована особистість з її особливими, індивідуальними цінностями? Неординарність мислення дозволяє відкривати нові горизонти тактико-технічної реалізації футболіста. Оригінальність, творчий підхід допомагають знаходити нові сили і ресурси в підготовці юних спортсменів. Як зауважує В.Н. Платонов [4], основною стратегією в тренуванні повинно бути не згладжування індивідуальності, а, навпаки, розвиток сильних сторін організму і особистості спортсмена як ведучого фактора досягнення високіх результатів. Акцентовано проявляти сильні сторони дитині допомагає варіативність тренування, організованого за принципом змагання.

Отже, коли в главу кута ставиться результат, то порушуються основні принципи і закономірності побудови тренувального процесу на етапах багаторічної підготовки, і як наслідок дисбаланс між рівнем підготовленості юних футболістів і вимогами професійного футболу.

Разом з тим, в провідних футбольних країнах Європи підійшли до рішення цих проблем з декількох принципових позицій, які до цього часу збереглися в українському футболі.

В першу чергу. Оцінюючи доцільність участі юних спортсменів в регулярних змаганнях з раннього віку, відомі спеціалісти Valyi I. і Michels R., дійшли до висновку, що діти в ранньому віці не повинні брати участь в змаганнях, де ведуться таблиці і передбачається офіційне розподілення місць між учасниками [8, 11]. Необхідно нівелювати значимість спортивного результату, шляхом скасування офіційних змагань до 12-ти років, а в ідеалі – до середини підліткового віку. Таким чином, в разі, коли перемога менш важлива, ніж розвиток, всі гравці отримують рівноцінну можливість грати і більш якісне навчання.

В даний момент Федерації футболу Іспанії, Португалії, Нідерландів, Німеччини, Англії, Шотландії і т.д. офіційно заборонили участь дітей до дванадцятирічного віку в регулярних змаганнях. Наприклад, в програмі ФК «Аякс» прямо вказано, що результат як такої абсолютно не важливий для гравців до 13-ти років. Тренери керуються тим, що тільки в старших вікових групах сила суперника може бути взята в розрахунок при визначенні складу своєї команди, однак навіть в таких іграх вони повинні дотримуватися ігрової філософії клубу – грати в креативний і атакуючий футбол [10]. Крім того, при ліцензуванні футбольних клубів, Союз європейських футбольних асоціацій (UEFA) визначив вимоги до складання програм з навчання юних футболістів, засновані на вирішенні стратегічних завдань, де пріоритет надається індивідуальному розвитку гравця, а досягнення спортивних результатів відходить на другий план («спочатку розвиток, потім – результати») [12].

В другу чергу. Треба звернути увагу на те, що 30-40 років тому діти звикли до систематичних занять футболом з 10-ти-11-ти років. До цього вони набували величезний досвід в природних умовах гри «вулично-дворового» футболу, що дозволяло кожному дитині отримати достатньо високий рівень тактико-технічного майстерства, але найголовніше – стати креативною особистістю. Потім на зміну «стихийному» футболу прийшов «організований» футбол, дітей

стали отбирать, а чаще набирать с шестилетнего возраста. Во многих странах традиционным стал подход, основанный на применении однообразных упражнений с акцентом на физическую подготовку, форсирование тренировочного процесса и возрастание нагрузок. Тем самым нарушаются принципы постепенности и доступности, что во-первых, ставит под угрозу здоровье занимающихся, во-вторых, юные футболисты слишком сосредоточены на результате игры, а не на процессе его достижения, в третьих, препятствует развитию гармоничного и неординарного игрока. Как итог, тренировочный процесс стал монотонным, а дети заурядными личностями. По этому поводу известный голландский тренер R. Michels [11] отметил, что на начальных этапах обучения главным является не результат, а качество игры и удовольствие от нее, чем часто пренебрегают в детском футболе. Тренеры и родители хотят победы любой ценой. В результате, со временем исчезает наслаждение игрой, и юные игроки уходят из футбола. Желание победить должно исходить от самого ребенка. Родители, руководители и тренеры должны лишь создавать условия, организовывая игры и тренировки, соответствующие восприимчивому миру ребенка. Желание победить в совокупности с понимающим окружением делает ребенка зрелым для развития и как футболиста, и как человека с акцентом на первом.

Таким образом, осознавая, что «уличный» футбол исчезает, необходимо было найти выход из сложившейся ситуации, с тем, чтобы предоставить детям возможность тренироваться и играть по их собственным правилам, чтобы получить детский, а не взрослый опыт, т.е. вернуться к «природе» детского футбола [13, 15, 16]. В частности, технический отдел Национальной ассоциации футбола Нидерландов с 1985 года начал искать альтернативу «уличному» футболу, понимая, что именно «уличный» футбол – это самая естественная система обучения, которую можно найти. Со временем были разработаны требования к организации тренировочного процесса с юными футболистами 6-ти – 12-ти лет, которых сводятся к следующему [14]:

- тренировка должна проходить в форме игры. Не следует проводить отдельные занятия, направленные на обучение техническим навыкам или развитие двигательных способностей, а также работать над тем, с чем игрок вряд ли может столкнуться на поле во время игры;
- детский тренер должен предлагать различные варианты игр (5 на 2, 4 на 2, 6 на 3, и т.д) от самых простых, до самых сложных, принимая во внимание не календарный, а «футбольный» возраст (уровень мастерства и подготовленности);
- помимо 3-х часов занятий в неделю следует давать игрокам "домашнее задание" по отработке технических приемов;
- игры 4 на 4 (6-8 лет), 7 на 7 (9-10 лет), 9 на 9 (11-12 лет) 11 на 11 (13 лет и старше) должны рассматриваться как средство развития у детей навыков владения мячом при решении игровых задач;
- в команде обязательно должны быть тренеры, специально обученные для работы с молодёжью;
- тренировка должна проходить в благоприятной атмосфере, доставлять удовольствие и способствовать формированию положительных черт характера у ребят;
- поскольку врождённых талантов очень мало, тренерам детско-юношеских команд необходимо уделять внимание каждому игроку, который при правильном обучении может стать хорошим футболистом. Особое внимание – «игрокам запаса». С социальной точки зрения это самая важная группа. После своей активной футбольной карьеры они могут стать арбитрами, членами совета, или просто заинтересованными лицами. Они незаменимы для любого клуба. Поэтому в клубах, особенно сегодня, необходимо заботиться о сохранении благоприятного социального климата.

Подобный подход, затем нашел широкое применение в Испании, где обучение и развитие юных футболистов с 7-ми до 15-ти лет осуществляется посредством большого количества тренировочных и учебных игр [9, 15]. Помимо этого (в

частности, в ФК «Барселона») в занятях с детьми на первом плане стоит воспитание личности (с точки зрения человеческих качеств), на втором – общее образование и только на третьем – футбольное обучение. Отсюда основной критерий работы тренера с командами до 15-ти лет – это педагогические способности, умение подготовить футболиста, умение тренировать [9].

Следует добавить, что в прогрессивном футбольном сообществе придерживаются правила: тренер для игроков, а не игроки для тренера. Не подавлять личность, а развивать ее. Главная ставка делается на развитие яркой индивидуальности. Здесь тренер не может себе позволить оскорбить игрока. Даже тренировочные задания игрокам дают не приказным тоном, а поясняют, какой цели они служат и какой эффект дают. Думающие, развитые личности всегда сильнее покорных исполнителей. Ведь именно они делают своих тренеров плохими или хорошими [16]. Известный немецкий специалист Н. Wein [16] разработал детскую программу «FUNipo», или как ее во многих странах мира называют "Ренессанс уличного футбола», для обучения детей до десятилетнего возраста. Он предложил более 30-ти вариантов этой игры, где дети играют на площадке 32x25 метров с четырьмя воротами на каждой боковой линии. Участвуют две команды по 3 игрока и с одним на замене. Гол может быть забит из пределов шестиметровой зоны. Цель игры заключается в повышении интеллекта, творчества и анализа игровых ситуаций. При такой организации занятий, юные футболисты учатся очень быстро, потому что игровые ситуации повторяются регулярно, а все дети постоянно задействованы в тренировочном процессе. Многочисленными исследованиями было установлено, что при меньшем формате игры, дети выполняют больше касаний мяча, дриблинга и ударов по воротам, больше переходов от атаки к обороне и наоборот, а упрощенная тактическая обстановка делает более простым процесс принятия решений, а игру визуально понятной для детей [11, 14, 15, 16].

Понятно, что у каждой страны, у каждого клуба есть свои тонкости и различия связанные как с историческими, так и культурными традициями. Отражается это и на подготовке, и на селекции. Есть такой чисто футбольный термин TIPS, где T – техника, I – мышление, P – характер, индивидуальность, S – скорость. К примеру, у испанцев (и они выделяют это на первом месте) при отборе ребят в команды более взрослого уровня стоит понимание игры. У голландцев – техническое оснащение. В Аяксе, начиная с 1990-х годов, большое внимание обращали на то, как футболист работает с мячом, на скорость и нацеленность юного игрока на достижение победы. А вот у итальянцев важнейшим аспектом воспитания является четкое выполнение игровой дисциплины, и они активно начинают заниматься тактикой с 14-ти – 15-ти лет. Это можно заметить, наблюдая за тренировками ФК «Фиорентина». Очень строгое выполнение тренерских указаний плюс ко всему – современный научный подход к тренировочному процессу.

Сегодня, необходимо признать, что в действиях украинских футболистов наблюдается больше шаблонного, заученного, чем спонтанного. Следствие не бывает без причин. Отставание в исполнительском и игровом мастерстве – это результат методики обучения. Увлекаясь методом упражнений, совсем забыли про игру – самое универсальное средство для гармоничного развития, мышления и характера. В 1990-х годах известный украинский детский тренер П. А. Пономаренко заметил, что футбол из всех игровых видов спорта самый сложный в обучении. Научить играть при помощи только одних упражнений – утопия. Упражнение – это теория, а игра – практика. Сколько не упражняйся с мячом, играть не научишься [5].

Можно отметить, что у большинства отечественных тренеров отмечается сужение сферы их влияния. Практически управление спортивной деятельностью юных футболистов на деле сегодня сводится к управлению спортивной подготовкой. Иными словами, основное внимание уделяется непосредственно тренировочному процессу, прежде всего, планированию, дозированию, контролю тренировочных нагрузок, содержание которого обусловлено нацеленностью на достижение

сиюминутных спортивных результатов. Неудивительно, что система функционирования детско-юношеского футбола давно строится на принципах «перевернутой пирамиды»: когда от этапа к этапу подготовки численность учащих спортивных школ и клубов неуклонно уменьшаются путем «выбраковки» менее перспективных детей, которые не могут показать, по мнению руководителей и тренеров, хороший уровень спортивного мастерства. Поэтому, вся система детско-юношеского футбола, начиная с этапа предварительной подготовки, рассматривается не как система многолетней подготовки, призванная обеспечить потребности и поступательное развитие каждого подростка в спортивном совершенствовании, а как средство обеспечения нужд профессионального футбола.

**ВЫВОДЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ ПОСЛЕДУЮЩИХ ИССЛЕДОВАНИЙ.** К настоящему времени созрела необходимость переосмысления руководителями футбола, тренерами и родителями юных игроков подходов относительно дальнейшего развития детско-юношеского футбола в Украине. Мировой опыт свидетельствует о том, что для создания условий для постепенного развития разносторонних качеств юных игроков, необходимо: во-первых, отказаться от участия в официальных соревнованиях до 12-тилетнего возраста, с тем, чтобы сделать акцент на качество и эффективность тренировочного процесса направленного на индивидуальное развитие и подготовку креативного игрока; во-вторых, проводить учебно-тренировочные занятия в игровой форме на высоком эмоциональном фоне с обязательным учетом возрастных и индивидуальные особенности детей. Именно применение игрового метода является ключевым моментом для эффективного обучения, в процессе которого развиваются индивидуальные возможности, формируется игровой интеллект, закладываются основы тактико-технического мастерства ребенка, которые в последующем будут определять потенциал игрока на профессиональном уровне.

Помимо вышеизложенного, тренеру, для обеспечения качественного обучения и мотивации юных игроков, следует учитывать ряд организационно-методических положений:

1. В идеальном варианте дети должны играть в футбол каждый день, часто без присмотра. Подобно тому, как в былые времена, когда был «уличный» футбол с его естественной средой, где дети самостоятельно развивались без контроля со стороны тренера.

2. Используйте игры, а не разминку, физическую подготовку и упражнения. Для максимальной мотивации, необходимо чтобы обучение носило игровой характер, а не основывалось на выполнении упражнений.

3. Давайте игрокам домашнее задание по технической подготовке.

4. Упрощенные мини-игры должны моделировать соревнования. Крайне важно, чтобы обучение через игры было специфическим для детей. Например, при небольшом количестве участников для пяти – семилетних 3 x 3, для восьмилетних 4 x 4 и т. д.

5. Упражнения следует использовать только для исправления недостатков. Упражнения имеют место при исправлении технических приемов и тактических действий. Хорошим фактором мотивации для ребят являются ситуации связанные непосредственно с матчем, когда тренер помогает им найти недостатки в игре, а затем рекомендует применить соответствующие корректирующие упражнения.

6. Разнообразие. Игроки получают удовольствие, когда процесс обучения основан на постоянных вариациях, что вызывает интерес и помогает совершенствовать технические навыки и тактическое мышление.

7. Повторение определенных игровых ситуациях до момента их освоения. Важно, предоставить игрокам время, прежде чем усложнять задание или переходить к изучению новой темы. Таким образом, они учатся «читать» игру и принимать обоснованные решения.



8. Позволять игрокам выбирать то, что им хочется. В данном контексте, тренер должен действовать не с позиции, что обязательно делать, а предоставлять игрокам ответственность за свои действия.

9. Акцент на радость и веселье. Предоставьте игрокам как можно больше свободы для изучения и наслаждения игрой. Игра очень важна для детей, помимо того что в ней активно участвуют все игроки, где каждый ребенок хочет играть ключевую роль, она дает им возможность ориентироваться на ведущего игрока, копировать его исполнительское мастерство.

10. Ощущение компетентности. В процессе обучения и во время игр решающее значение для юных футболистов имеет мотивация. Хвалите усилия детей больше достигнутых результатов, чтобы научить их постоянно оценивать себя.

11. Поощрение «свободного» мышления. Игроки должны понимать, что они находятся на длительном пути приобретения и совершенствования тактико-технических навыков, что они должны научиться получать удовольствие от игры и сосредотачиваться на своей деятельности, а не беспокоиться слишком часто о результате (счете) игры, что спортивные успехи к ним будут приходить не часто, и что им придется преодолевать множество препятствия и допускать много ошибок.

Полученные результаты могут быть положены в основу исследований, посвященных научному обоснованию подходов к адаптации опыта стран Западной Европы в сфере организации тренировочного процесса и проведения детских соревнований к условиям других стран.

#### **ЛИТЕРАТУРА**

1. Никитушкин В. Г. Современная подготовка юных спортсменов. М.: Советский спорт, 2009, 110 с.

2. Николаенко В. В. Системный подход к разработке проблемы оптимизации многолетней подготовки футболистов. Теория и методика физического воспитания и спорта., 2013, № 1, с. 32-36.

3. Петухов А. А. Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов. Проблемы и пути решения. М.: Советский спорт, 2006, 232 с.

4. Платонов В. Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение. К.: Олимп. лит., 2013, 624 с.

5. Пономаренко П. А. Учись видеть поле. Донецк: РИП «Лебедь», 1994, 112 с.

6. Сахновский К. П. Теоретико-методические основы системы многолетней подготовки : автореф. дис. на соиск. учен. степ. доктора пед. наук : спец. 13.00.04 "Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры". К., 1997, 48 с.

7. Чирва Б. Г. Базовая и профессиональная техническая и тактическая подготовка футболистов условиях : автореф. дис. на соискание учен. степени доктора. пед. наук : спец. 13.00.04 „Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры”. М., 2008, 45 с.

8. Balyi I. Sport System Building and Long-term Athlete Development in British Columbia. Canada: Sports Med BC, 2001, 194 p.

9. GUIA METODOLOGICA DEL PROGRAMA DE FORMACION DEL BARCELONA F.C. [Электронный ресурс]. Режим доступа к ис.: <http://www.futbolentrenamientostenerife.blogspot.com/2011/05/fc-barcelona-organizacion-de-la-base.html>.

10. Kormelink H., Seeverens T. The Coaching Philosophies of Louis van Gaal and the Ajax Coaches: bfp Versand, onLi Verlag, 1997, 121 p.

11. Michels R. Team Building: The Road to Success: Cardinal Publishing Group, 2001, 298 p.

12. UEFA Club Licensing System Manual (Version2.0). UEFA, 2006, 286 p.

13. Turner T. Total Player Development. Indianapolis: Ohio Youth Soccer Association, 2006, 91 p.

14. Van Lingen B. Coaching Soccer: The Official Coaching Book of the Dutch Soccer Association. Michigan: Reedswain Publishing, 1998, 218 p.

15. Vargas F. S. Fundamental Movement Skills and Their Application to Sports Initiation: Document of the INEFEC de Barcelona. Barcelona, The

**Оленев Д. Г., Турчина Н. І., Черняев Е. Г., Тяжина А. М. Порадник С. Г.**  
**Національний авіаційний університет**

### **КІЛЬКІСНІ ТА ЯКІСНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ**

*Аналіз даних щодо використання рухових тестів для визначення кількісних і якісних характеристик фізичної підготовленості студентів досить неоднозначний. У статті розглядаються тести щодо визначення рівня розвитку рухових якостей людини, які традиційно використовують як контрольні нормативи з фізичної підготовленості студентів.*

**Ключові слова:** фізична підготовленість, рухові якості, контрольні нормативи, рухові тести.

**Оленев Д. Г., Турчина Н. І., Черняев Е. Г., Тяжина А. М. Порадник С. Г.**  
**Количественные и качественные характеристики физической подготовленности студентов.** Анализ данных по использованию двигательных тестов для определения количественных и качественных характеристик физической подготовленности студентов достаточно неоднозначен. В статье рассматриваются тесты по определению уровня развития двигательных качеств человека, которые традиционно используются как контрольные нормативы по физической подготовленности студентов.

**Ключевые слова.** физическая подготовленность, двигательные качества, контрольные нормативы, двигательные тесты.

**Olenev D., Tyrchina N., Cherniaev E., Tiazhina A., Poradnic S. Quantitative and quality descriptions of the physical preparedness of students.** The specificity of the educational process of physical education to university students is to determine the effectiveness of training in the various components. Pedagogical control in physical education students includes evaluation:

- knowledge (theoretical component), developing abilities and skills (technical component);
- regularity and the minimum amount of motor activity (visit);
- the level of physical preparedness of those involved.

*These components are the most objective assessment of physical fitness, which is holding on the results of motor tests student transformed into scoring standards. Selection of tests carried out in accordance with a specified level of motor skills rights – agility, speed skills, strength, endurance and flexibility. Analysis of data on the use of motor tests to determine the quantitative and qualitative characteristics of the physical fitness of students rather ambiguous. This is due to several factors including:*

- Heterogeneity contingent, the output level of physical fitness;
- Individual characteristics of physical development;
- Different approaches experts to determine the quantitative and qualitative characteristics of physical fitness;
- Different levels of functionality students.

*This article presents a separate motor test to determine the level of development of motor skills in the context of the human manifestation of age – that is traditionally used as reference standards for physical fitness of students of universities in Ukraine, to determine the scope of the use of the motor tests in physical education and physical self- training students. Consider practical experience in the use of scoring exercises, reflecting the development of various motor skills of students based on individual prospects in the profession.*

**Key words.** Physical fitness, motor quality control standards, motor tests.

**Актуальність.** Фізичний підготовленості студентів визначається якісними показниками, керування розвитку и прояву рухових якостей (видів швидкості, сили,