

515.78

30

ХАРКІВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Петренко Сергій Іванович

УДК 796.332-053.67:57.032

**ВПЛИВ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ
НА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ 12-14-РІЧНИХ
ФУТБОЛІСТІВ З РІЗНИМ РІВНЕМ БІОЛОГІЧНОГО
РОЗВИТКУ**

24.00.01 – Олімпійський і професійний спорт

АВТОРЕФЕРАТ

дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата наук з фізичного виховання і спорту

Харків - 2009

Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано в Харківській державній академії фізичної культури.
Міністерство України у справах сім'ї, молоді та спорту.

Науковий керівник: доктор біологічних наук, професор **Самойлов Микола Григорович**, Харківська державна академія фізичної культури, завідувач кафедри педагогіки та психології.

Офіційні опоненти: доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор **Ахметов Рустам Фагимович**. Житомирський державний університет ім. І. Франка, завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання;

кандидат педагогічних наук, професор **Шамардін Валерій Миколайович**, футбольний клуб «Дніпро», керівник науково-методичної групи.

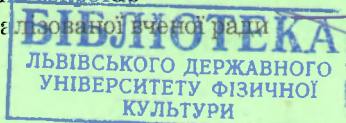
Захист відбудеться 28 січня 2010 р. о 16 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради К. 64.862.01 у Харківській державній академії фізичної культури за адресою: 61022, м. Харків, вул. Клочківська, 99.

З дисертацією можна ознайомитися у бібліотеці Харківської державної академії фізичної культури за адресою: 61022, м. Харків, вул. Клочківська, 99.

Автореферат розісланий 28 січня 2009 року

Вчений секретар

спеціалізованої вченої ради



В. С. Ашанін

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність теми. Рівень розвитку сучасного футболу пред'являє високі вимоги до підготовленості футболістів. Відомо, що підготовленість будь-якого спортсмена, і футболіста в тому числі, залежить, перш за все, від особливостей навчально-тренувального процесу, від врахування тренером і спортсменом усіх компонентів і складових частин їх підготовки (В.Н.Платонов, 2004).

Провідними фахівцями у спортивній діяльності встановлено, що до останніх слід відносити наступні види підготовки спортсменів: фізичну, технічну, тактичну, психологічну та інтегральну (В.Н.Платонов, М.М.Булатова, 1997). За останні роки в цілому розв'язується багатоаспектна проблема спортивної підготовки як дорослих, як і юних спортсменів. Активно здійснюється пошук шляхів та методів оптимізації розвитку рухових якостей дітей та підлітків і підвищення ефективності їх спортивної підготовки (Л.В.Волков, 2002; А.В.Петухов, 1997).

Водночас аналіз досліджень її складових свідчить, що найбільша кількість наукових праць присвячена розробці та втіленню у практику нових форм і методів технічної підготовки футболістів (С.Голомазов, Б.Чирва, 2001). Менше, але достатньо широко, розробляється і проблема фізичної підготовки футболістів (К.Л.Віхров, 2000). Стосовно психологічної підготовки та використання її в підвищенні ефективності тренувального процесу, особливо у юних футболістів, можна відмітити наявність лише в окремих роботах (О.В.Байрачний, 2009; І.І.Воронова, 2001).

Хоча не потребує пояснення думка про те, що підлітковий вік є найбільш складним у формуванні людини, особистості (А.А.Реан, 2003), але зайняття футболом для підлітків є і школою спорту, школою пізнання життя, боротьби зі складнощами, перемоги над собою, бажання бути лідером, допомагати товаришам у команді. Тобто тренер-вихователь повинен обов'язково враховувати, що підлітковий період є критичним в онтогенезі людини (А.М.Прихожан, Н.Н.Толстик, І.І.Юферова, 1990).

Не менш важливим має бути для тренера з футболу і бачення в кожному вихованці особистості, з обов'язковим врахуванням його індивідуальних функціональних можливостей. Маються на увазі факти невідповідності паспортного біологічного віку у підлітків та неоднаковий рівень їх фізичного розвитку. Однак проблема врахування рівня біологічного розвитку в тренувальному процесі юних футболістів в літературі освітлена теж недостатньо. В існуючих дослідженнях захвців з футболу наголошується на необхідності врахування, вивчення і втілення в практику наукових основ повноцінної розробки всіх складових підготовки футболістів (М.С.Полишкіс, 1997). Аналіз літератури свідчить, що досліджень, в яких би враховувався взаємозв'язок і взаємовплив фізичної, технічної і психологічної підготовки юних футболістів з корекцією навантажень і врахуванням їх біологічного розвитку майже не проводилось. Існуючі наукові праці, як правило, висвітлюють окремі питання цієї проблеми (С.Голомазов, Б.Чирва, 2001; І.В.Монаков, 2000; П.Н.Рабінович, В.Г.Лоос, Д.І.Лавриненко, 1990).

У зв'язку з цим, а також розуміючи соціальну важливість проблеми удосконалення системи всебічного розвитку дітей і підлітків, актуальність розробки засобів і методів підвищення ефективності підготовки юних футболістів, ми вирішили провести дане дослідження.

Зв'язок роботи із науковими програмами, планами і темами. Дисертаційне дослідження виконано відповідно до Зведеного плану науково-дослідної роботи Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту на 2006-2010 рр. за темою «Психолого-педагогічне обґрунтування підвищення ефективності спортивної діяльності та відновлювальних процесів після фізичних навантажень», номер державної реєстрації №0106U011985. Шифр теми – 2.4.12.1п. У виконанні даної теми автор проводив експеримент, який стосується виявлення взаємозв'язків та взаємовпливу різних видів спортивної підготовки на підготовленість юних футболістів.

Мета роботи: обґрунтування взаємовпливу фізичної, технічної і психологічної підготовки на підготовленість 12-14-річних футболістів з різним рівнем біологічного розвитку.

Завдання дослідження:

- 1) здійснити теоретичний аналіз сучасного стану вирішення проблеми підготовки юних футболістів;
- 2) встановити рівень фізичної і технічної підготовленості та прояву якостей особистості футболістів 12-14-річного віку з різним рівнем біологічного розвитку;
- 3) виявити вплив додаткових фізичних навантажень швидкісної та швидко-силової спрямованості на рівень фізичної, технічної і психологічної підготовленості 12-14-річних футболістів;
- 4) обґрунтувати взаємовплив між складовими спортивної підготовки юних футболістів та визначити шляхи удосконалення її дії на їх спортивну підготовленість і відбір;
- 5) на основі отриманих експериментальних даних розробити практичні рекомендації тренерам з футболу, які працюють з підлітками.

Об'єкт дослідження – система і процес спортивної підготовки 12-14-річних футболістів.

Предмет дослідження – вплив різних видів спортивної підготовки на підготовленість юних футболістів 12-14 років з різним рівнем біологічного розвитку.

Методи дослідження:

1. Теоретичний аналіз та узагальнення науково-практичних даних, що відносяться до проблеми спортивної підготовки юних футболістів.
2. Медико-біологічні та психологічні методи дослідження.
3. Педагогічні методи дослідження.
4. Методи математичної обробки даних.

Наукова новизна отриманих результатів полягає в тому, що вперше:

- виявлено, що футболісти 12-14 років з прискореним варіантом біологічного розвитку мають найкращі показники у фізичній, технічній та психологічній підготовленості. Менше це притаманне для футболістів з нормальним та уповільненим розвитком;

- встановлено взаємозв'язок та взаємовплив різних видів підготовки 12-14-річних футболістів: цілеспрямована додаткова фізична підготовка підвищує рівень фізичної і технічної підготовленості. Психологічна підготовка також обумовлює зростання показників фізичної і технічної підготовленості, детермінуючи інтегральність їх впливу на гравців;

- в спортивній підготовці 12-14-річних футболістів обґрунтована необхідність та показана ефективність комплексного застосування фізичної, технічної та психологічної підготовки з обов'язковим урахуванням рівня їх біологічного розвитку.

Отримало подальший розвиток вчення про критерії спортивного відбору у футболі.

Доповнено дані про шляхи підвищення ефективності спортивної підготовки підлітків з невідповідністю паспортного і біологічного віку.

Практичне значення одержаних результатів:

- розроблені практичні рекомендації для тренерів з футболу, які можуть бути використані з метою підвищення результатів спортивної діяльності юних футболістів;

- експериментально обґрунтовані об'єктивні показники та психологічні критерії для підвищення ефективності відбору підлітків у футбольні клуби;

- з метою покращення психологічної атмосфери у спортивних командах, підвищення емоційної стійкості і зниження конфліктності гравців, тренери з футболу можуть скористатись апробованими в нашому дослідженні методами психологічної корекції якостей особистості підлітків;

- результати дослідження знайдуть застосування у подальшій розробці та втіленні в практику рекомендацій, направлених на зміцнення здоров'я і фізичного розвитку підростаючого покоління;

- отримані результати можуть бути використані у науковій та навчально-методичній роботі у вищих навчальних закладах спортивного профілю.

Результати дослідження впроваджені у практику ДЮСШ та спортивно-оздоровчих комплексів м. Донецька, що підтверджено відповідними актами впровадження від 03.03.09, 10.04.09, 19.04.09 та 14.05.09.

Особистий внесок здобувача полягає в аналізі літературних джерел, проведенні експерименту, в обробці отриманих результатів та формулюванні висновків. Автором за матеріалами дисертації особисто були написані наукові статті та тексти доповідей на конференції.

У роботах надрукованих у співавторстві дисертантом виконані експеримент та обробка одержаних даних.

Апробація результатів дослідження. Експериментальні дані, які отримано на різних етапах дисертаційного дослідження, доповідались на засіданнях кафедр футболу та хокею, педагогіки і психології Харківської державної академії фізичної культури та на кафедрі загальної фізичної підготовки Донецького юридичного інституту в 2005-2009 рр.

Результати дослідження доповідались і на науково-практичних конференціях: VI Міжнародній науковій конференції «Фізична культура, спорт та здоров'я нації» (Вінниця, 2006); Міжнародних наукових конференціях «Фізична культура, спорт та здоров'я» (Харків, 2006, 2007, 2009); III Міжнародній науково-практичній конференції «Основні напрямки розвитку фізичної культури, спорту та фізичної реабілітації» (Дніпропетровськ, 2007).

Публікації. Основні положення та результати дисертаційного дослідження викладені у 6 публікаціях, надрукованих у фахових наукових виданнях, затверджених ВАК України.

Структура та обсяг дисертації. Дисертація складається із вступу, п'яти розділів, висновків і списку використаних джерел. Загальний обсяг роботи становить 182 сторінки тексту, містить 9 рисунків, 37 таблиць. Список використаних джерел складає 187 найменувань, з них іноземних джерел – 46.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У **вступі** висвітлюється актуальність теми, зв'язок роботи з науковими планами та темами, мета, об'єкт, предмет та методи дослідження, визначається новизна, практичне значення роботи та подаються дані про апробацію результатів дослідження.

Перший розділ **«Проблема підготовки юних футболістів до спортивної діяльності»** вміщує аналітичний огляд наукових уявлень, положень та фактичних даних стосовно цієї проблеми. В першому підрозділі розглядаються теоретичні засади фізичного виховання та спортивної підготовки підлітків.

Далі здійснюється аналіз особливостей впливу гри в футбол на юних футболістів. З цього приводу можна відмітити, що питання морфофізіологічних та психофізичних перетворень у неповнолітніх футболістів значною мірою вирішені та обґрунтовані науковцями (В.Ванжура, 2002; К.Л.Віхров, 2002; Г.А. Лисенчук, 2003). У дослідженнях, присвячених проблемі спортивної орієнтації та відбору до футбольних секцій, теж вирішено багато питань, які стосуються методів з'ясування потенційних можливостей підлітків до гри в футбол. Хоча фахівці, підкреслюючи складність цієї проблеми, наголошують на тому, що її остаточно не вирішено (Г.Лисенчук, В.Догадайло, В.Колотов, 1997; А.А.Сучилин, В.Н.Шамардін, В.К.Парамонов, 1995). Необхідно підкреслити, що серед методів, які використовуються для відбору кандидатів у футболісти, головним чином застосовуються ті, що дозволяють оцінити рівень розвитку фізичних (або рухових) якостей підлітка (Г.А.Лисенчук, 2003; В.Н.Шамардін, 2001). Разом з тим

психологічний аналіз якостей особистості юних спортсменів здійснюється дуже рідко.

В кінці розділу зроблено аналіз проблеми врахування відповідності біологічного віку паспортному та її значення для практики спорту. Деякі автори підкреслюють необхідність врахування цієї відповідності, але досліджень, в яких були б представлені об'єктивні результати впливу рівня біологічного розвитку на фізичну, технічну або психологічну підготовленість юних футболістів, нами не знайдено.

У другому розділі «**Понятійний апарат, організація та методи дослідження**» приведено основні терміни та трактовка їх змісту і семантичного значення, що використані у дисертації.

Для виявлення біологічного віку та біологічного розвитку було сформовано три групи юних футболістів, які відрізнялись за паспортним віком. Це хлопчики 12-, 13- та 14-річного віку, які займались футболом у декількох ДЮСШ м. Донецька. Розподіл досліджених підлітків одного паспортного віку за рівнем їх біологічного розвитку проводився за відомою методикою з урахуванням розвитку вторинних статевих ознак (І.І.Бахрах, Р.Н.Дорохов, 1989; Л.М.Белозерова, Л.Н.Власова, 1993). За результатами використання цієї методики в кожній віковій групі футболістів, які складались з 28 осіб кожна були виділені підлітки з прискореним (П), нормальним (Н) та уповільненим (У) біологічним розвитком.

З метою виявлення впливу індивідуально-психологічних якостей футболістів на рівень їх технічної і фізичної підготовленості було сформовано чотири групи юних спортсменів з різною успішністю у тренуваннях та іграх. Перша група – це 20 хлопчиків із команд з високою успішністю, вона була контрольною.

Розподіл учасників експерименту за рівнем успішності виконувався з урахуванням двох груп показників. До першої групи входили об'єктивні кількісні показники такі як: частота кроків за 5 с, частота дихання та його затримки, швидкість бігу на 30, 60 та 100 м, показники гнучкості, сили, спритності та підскоку уверх з місця, час ведення м'яча на відстань 30 м, дальність польоту м'яча, кидання м'яча на дальність.

До другої групи показників належали наступні: характеристика відношення юного футболіста до тренувань та ігор, активність в аналізі помилок і особливостей технічної та психологічної підготовки, ступінь прояву взаємодопомоги товаришам по команді.

Крім того, у розподілі неповнолітніх спортсменів на вказані групи приймала участь група експертів (6 осіб) – це були тренери з футболу, які мали спортивний стаж у цьому виді спорту не менше 10 років.

Валідизація системи оцінки досліджуваних здійснювалась з використанням методу контрастних груп (А.Анастасі, С.Урбіна, 2001).

В кінцевому варіанті, використовуючи критерії відхилення середньої величини (на 0,5 стандартного відхилення), було сформовано три групи з низькою, середньою та високою успішністю (Е.В.Сидоренко, 2001).

Контрольна група була однією для трьох експериментальних груп. Експериментальні групи у кількості трьох складались із 12-річних футболістів з низькою спортивною успішністю. До кожної експериментальної групи входило 20 юних футболістів. Відмінності між експериментальними групами зводились до наступного: перша група – це футболісти, які додатково до звичайних тренувальних занять використовували комплекс вправ для розвитку швидкісних, швидкісно-силових якостей та вправ на техніку гри в футбол за методиками описаними в літературі (В.В.Шаленко, 2005; В.Н.Шамардин, 2001).

Друга експериментальна група не мала додаткових фізичних навантажень і тренувалась за об'ємом та інтенсивністю так як і контрольна група. Водночас гравці другої експериментальної групи проходили психологічну підготовку у вигляді групового соціально-психологічного тренінгу (протягом двох місяців, 2 рази за 9-місячний термін). Метою останнього була корекція негативних якостей особистості, підвищення ступеня прояву товариськості, емпатійності, саморегуляції, психічної та емоційної стійкості з паралельним зниженням рівня дратівливості, емоційних спалахів, конфліктності та тривожності.

Третя експериментальна група тренувалась як контрольна, але використовувала у навчанні додатковий комплекс фізичних навантажень і психологічну підготовку в обсязі рівному першій і другій експериментальним групам.

Таким чином, у дослідженні взаємозв'язку паспортного і біологічного віку прийняли участь 84 підлітка, а в експерименті 80 осіб, що складає 164 учасника.

Поставлені завдання вирішувались сукупністю сучасних методів, які прийняті в наукових дослідженнях.

Медико-біологічні методи примінялись з метою визначення фізичного розвитку досліджуваних неповнолітніх футболістів (Б.А.Никитюк, А.А.Гладышева, 1989; М.Loncar-Dusek, 1997). Безпосередньо визначались антропометричні показники: довжина тіла, маса тіла та обхват грудної клітки, використовуючи які можна характеризувати стан фізичного розвитку індивіда (Б.А.Никитюк, 1978).

За М.С.Коротковим вимірювався артеріальний тиск. Цю процедуру проводили в один і той же час, зранку до виконання фізичного навантаження. А за умов експерименту це здійснювалось і в процесі занять фізичними вправами і після них (М.Feinleib, 1990).

Вимірювання ЖЄЛ виконували за допомогою сухого спірометра в положенні стоячи (В.М.Покровский, Г.Ф.Коротько, 2001).

Серед фізіологічних показників виміряли також частоту дихання та його затримку. При цьому враховувалась кількість циклів за хвилину і затримка дихання на вдиху і видиху.

Для визначення фізичної працездатності була використана методика, описана Д.Н.Давиденко «Оцінка фізичної працездатності за даними тесту РWC¹⁰⁰ і непрямого визначення МСК»

За цією методикою визначається потужність виконаної роботи – W, фізична працездатність – PWC¹⁷⁰ та максимальне споживання кисню – МСК.

З метою вивчення впливу занять футболом на особистісні якості та адаптованості до них юних футболістів застосовувались *методи психологічного дослідження*.

1. Методика багатофакторного дослідження особистості Р.Б. Кеттелла (N 105, 6PF) (Д.Я.Райгородський, 2001).

2. Фрейбургський особистісний опитувальник (FPI) (Д.Я.Райгородський, 2001).

3. Методика соціально-психологічної адаптованості К.Роджерса та Р. Займонда (2006). В нашому дослідженні ця методика застосовувалась в інтерпретації А.М. Прихожан (2000).

4. Для визначення наявності та ступеня вираженості тривожності у досліджуваних неповнолітніх ми скористались методикою Дж. Тейлора, яку модифікували для дітей та підлітків А.М. Прихожан і Н.Н. Толстих (2005).

5. Для з'ясування мотивів, які викликали прихід підлітків у футбольні секції, було використано методику «Вивчення мотивів занять спортом» (Е.П.Ильин, 2000).

У *педагогічних спостереженнях*, тестуваннях та узагальненнях ми намагались використовувати принципи і положення, які застосовуються в портивній діяльності (Л.В.Волков, 1997; В.А.Запорожанов, 1990; Л.П.Сергієнко, 2001). Тому в роботі було використано тести для оцінки фізичної та технічної підготовленості саме футболістів (К.Л.Вихров, 2000; В.А.Запорожанов, 1994; З.Пшибильські, 1998).

Так, для реалізації поставлених завдань були використані наступні тести:

1. Біг на відстань 30, 60 та 100 м з високого старту. Цей тест використовується для відбору юних футболістів (А.В.Дулібський, 2003). Крім того, досліджувалась відстань у метрах, яку пробігав футболіст за 5 хв.

2. Час ведення м'яча на відстань 30 м та 5×30 м вимірювався в секундах.

3. Вимірювання дальності польоту м'яча після удару однією ногою та уми метрів після удару правою і лівою ногою.

4. Вкидання м'яча на дальність. Фіксувалась відстань у метрах, з якої дійсно вкидання м'яча.

5. Підскок вгору поштовхом двох ніг (за допомогою маху руками). Цей тест виконувався у лабораторних умовах з урахуванням рекомендації В.В.Шаленко, 2004).

6. Стрибок у довжину з місця поштовхом двох ніг. Умовою виконання даного тесту була постановка носків ніг за лінією, яка визначала вихідне положення. Крім того, вимірялись *показники після стрибка у довжину з розбігу*.

7. Для визначення фізичної підготовленості футболістів реєстрували також *ідтягування їх на перекладні та станову динамометрію*.

Перелічені тести футболісти могли виконувати у три спроби. Кращий результат відмічали у протоколі.

8. Для оцінки швидкісних якостей використовувалась методика вимірювання частоти кроків зроблених спортсменом за 5 секунд.

9. Тестом на витривалість та швидкість був біг на 1000, 1500 та 3000 м.

Паралельним тестом на витривалість користувались для вимірювання кількості підйомів на сходинку (40 см) в максимальному темпі за 30 с та за 1 хв. (стен-тест).

10. Оцінка ступеня розвитку гнучкості. Для реалізації цього завдання підлітки виконували нахил тулуба вперед з положення сидячи на підлозі.

11. Рівень розвитку сили. Цей тест виконувався за умови згинання і розгинання рук в упорі лежачи на підлозі.

12. Вимірювання спритності. Для цього використовувався човниковий біг 4×9 м. Крім того, вимірювалась частота кроків зроблених гравцем за 5 с бігу.

В третьому розділі «Співвідношення різних видів підготовки юних футболістів та роль в підготовленості спортсменів рівня біологічного розвитку» представлені дані про вплив рівня біологічного розвитку юних футболістів на різні види підготовленості: фізичну, технічну, психологічну.

В першому підрозділі приводяться результати зміни фізичного розвитку та функціональних показників кардіо-респіраторного апарату залежно від рівня біологічного розвитку спортсменів. Найкращі показники виявлені у одноліток з прискореним варіантом розвитку.

Дослідження впливу рівня біологічного розвитку юних футболістів на фізичну підготовленість показало, що хлопчики з прискореним розвитком перевершують своїх одноліток з нормальним і тим більше уповільненим розвитком у показниках швидкості, витривалості, гнучкості, сили, спритності та швидкісно-силових якостей.

Виявлення залежності технічної підготовленості футболістів одного паспортного віку, але з різним біологічним розвитком показало наявність впливу останнього на показники засвоєння технічних прийомів гри у футбол.

Отримані дані представлені на рис. 1 та 2.



Рис. 1. Показники технічної підготовленості (дальність польоту м'яча та вкиду) 12- та 14-річних футболістів із різним рівнем біологічного розвитку

Примітка: ПР – прискорений біологічний розвиток; НР – нормальний біологічний розвиток; УР – уповільнений біологічний розвиток; 1 – сумарна

дальність польоту м'яча після удару правою, а потім лівою ногами (м); 2 – дальність польоту м'яча після удару однією ногою (м); 3 – вкидання м'яча на дальність (м).

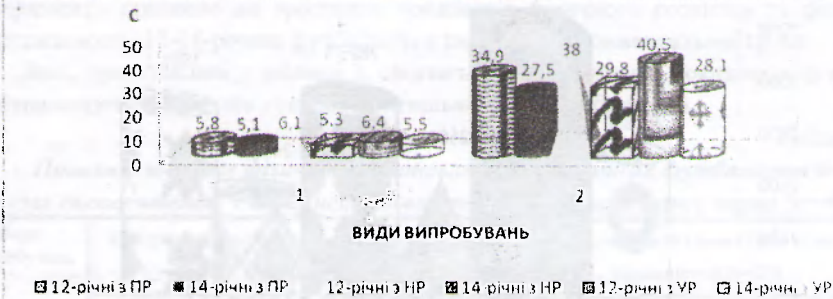


Рис. 2. Показники технічної підготовленості (ведення м'яча) 12- та 14-річних футболістів із різним рівнем біологічного розвитку

Примітка: ПР – прискорений біологічний розвиток; НР – нормальний біологічний розвиток; УР – уповільнений біологічний розвиток; 1 – ведення м'яча 30 м (с); 2 – ведення м'яча 5x30 м (с).

Наведені дані переконують, що футболісти з прискореним розвитком показали найкращі результати у всіх вікових групах (рис. 1 та 2). Хоча з ростом паспортного віку спортсменів різниця між визначеними показниками осіб з уповільненим, нормальним і прискореним розвитком зменшувалась. Футболісти з уповільненим розвитком в усіх вікових групах мали найгірші результати.

Потужність (W), фізичну працездатність (PWC¹⁷⁰) та максимальне споживання кисню (МСК) у юних футболістів залежно від їх біологічного розвитку виявляли за допомогою теста PWC¹⁷⁰.

Одержані дані наведені на рис 3 та 4.

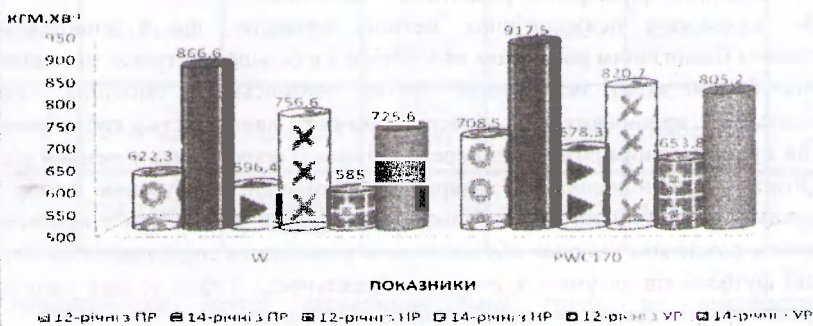


Рис. 3. Показники фізичної працездатності юних футболістів 12- та 14-річного віку з різними варіантами біологічного розвитку

Примітка: ПР – прискорений біологічний розвиток; НР – нормальний біологічний розвиток; УР – уповільнений біологічний розвиток.

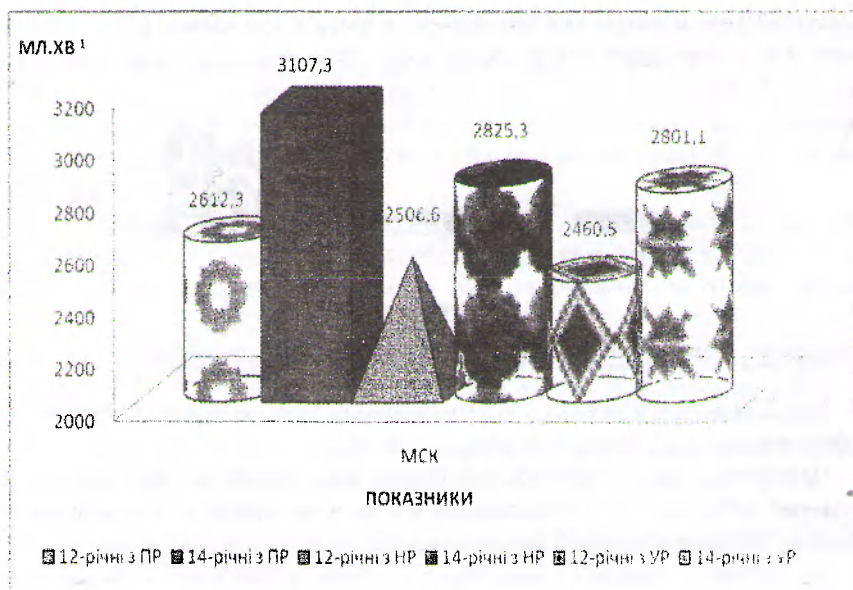


Рис. 4. Показники максимального споживання кисню у футболістів 12- та 14-річного віку з різними варіантами біологічного розвитку

Примітка: ПР – прискорений біологічний розвиток; НР – нормальний біологічний розвиток; УР – уповільнений біологічний розвиток.

Отримані результати теж свідчать про наявність залежності інтенсивності визначених показників від ступеня біологічного розвитку футболістів. Мається на увазі той факт, що у спортсменів з уповільненим розвитком фізична працездатність і МСК найменші, а з прискореним розвитком – найбільші.

За допомогою психологічних методів виявлено, що у спортсменів з прискореним біологічним розвитком найчастіше і в більшому ступені проявляються соціально бажані якості особистості такі як: товарицькість, емоційна стійкість, відповідальність, врівноваженість, цілеспрямованість, впевненість у собі. При цьому у гравців з уповільненим розвитком перелічені якості проявлялись у меншій мірі.

Позитивне відношення до товаришів з команди, врахування їх поглядів, відповідальність за свої дії також більше проявлялись у підлітків з прискореним біологічним розвитком і ці риси обумовлювали підвищення соціально-психологічної адаптації футболістів до умов їх спортивної діяльності. Тобто до цих умов краще були пристосовані підлітки, які найактивніше розвивались.

Четвертий розділ «Умови підвищення результатів в різних видах підготовки юних футболістів» вміщує дані педагогічного експерименту, направлено на пошук шляхів підвищення успішності у фізичній, технічній та психологічній підготовці юних футболістів.

Встановлено, що використання комплексу вправ, направлених на розвиток швидкісних, швидкісно-силових якостей, сили та спритності, за період експерименту призвело до зростання показників фізичного розвитку та фізичної підготовленості 12-14-річних футболістів з першої експериментальної групи.

Дані, представлені у таблиці 1, свідчать про покращення показників фізичної підготовленості у підлітків з експериментальної групи (таблиця 1).

Таблиця 1.

Показники стану фізичної підготовленості 12-річних футболістів до та після експерименту з використанням додаткового комплексу вправ (n=40)

Види випробувань	Контрольна група (з високою успішністю) (n=20)			Перша експериментальна група (з низькою успішністю) (n=20)		
	До експерименту	Після експерименту	Оцінка ймовірності	До експерименту	Після експерименту	Оцінка ймовірності
Біг на 60 м (с)	9,7±0,3	9,7±0,5	t=0 p=0	9,8±0,11	9,5±0,13	t=2,30 p<0,05
Стрибок у довжину з місця (см)	160,8±2,3	165,2±2,5	t=1,29 p>0,05	161,2±2,2	166,7±2,3	t=1,81 p>0,05
Біг на 100 м (с)	15,10±0,31	14,45±0,24	t=1,66 p>0,05	15,52±0,42	14,22±0,38	t=2,32 p<0,05
Біг на 3000 м (хв.)	16,02±0,28	15,00±0,30	t=2,55 p<0,05	16,23±0,47	14,78±0,35	t=2,50 p<0,05
Стрибок у довжину з розбігу (см)	345,3±1,5	350,7±1,6	t=2,46 p<0,05	338,8±2,14	346,7±2,35	t=2,49 p<0,05
Підтягування на перекладині (к-ть разів)	8,17±0,2	8,26±0,4	t=2,04 p>0,05	7,54±0,31	8,58±0,36	t=2,26 p<0,05
Станова динамометрія (кг)	54,4±1,31	55,3±1,54	t=0,45 p>0,05	53,6±1,12	58,0±1,23	t=2,65 p<0,01
Індекс степ-тесту	74,77±0,4	74,79±0,5	t=0,40 p>0,05	74,4±0,73	76,66±0,81	t=2,15 p<0,05

Представники другої експериментальної групи не використовували додаткового комплексу вправ, а замість цього з ними була проведена психологічна підготовка у вигляді тренінгу. Аналіз одержаних даних показав, що психологічна підготовка зменшила ступінь прояву небажаних у команді рис та якостей особистості підлітків, що негативно впливали на взаємовідносини як між гравцями,

так і на реакції їх на зауваження тренера. А поліпшення психологічної атмосфери у команді сприяло незначному, але достовірному підвищенню показників фізичної і технічної підготовленості футболістів.

Проведення дослідження за участю третьої експериментальної групи з малою спортивною успішністю (її гравці використовували додатковий комплекс фізичних вправ з фізичної і технічної підготовки поєднано з психологічною підготовкою) дало найкращі результати. У таблиці 2 наводяться відмінності (дані достовірні і наводиться тільки середнє арифметичне) всіх трьох експериментальних груп.

Таблиця 2.

Показники технічної підготовленості, отримані до та після експерименту за участю першої, другої та третьої експериментальних груп юних футболістів (n=60)

Визначені показники	Перша експериментальна група (додатковий комплекс вправ) (n=20)		Друга експериментальна група (психологічна підготовка) (n=20)		Третя експериментальна група (фізична+психологічна підготовка) (n=20)	
	До	Після	До	Після	До	Після
Час ведення м'яча 30 м (с)	6,2	5,9	6,4	6,3	6,4	5,7
Дальність польоту м'яча після удару 1 ногою (м)	24,5	28,9	23,8	24,9	24,2	30,8
Вкидання м'яча на дальність (м)	11,7	13,0	11,5	11,9	11,9	14,2
Біг на 30 м (с)	4,6	4,5	4,8	4,8	4,7	4,5
Біг за 5 хв (м)	1490	1597	1463	1488	1494	1625
Дальність польоту м'яча після удару правою, а потім лівою ногою (м)	50,3	57,6	49,8	51,7	50,1	58,6
Човниковий біг 4x9 м (с)	10,3	10,1	10,9	10,7	10,4	10,0
Степ-тест (к-ть)	52,0	58,0	50,0	52,1	52,3	59,5
Степ-тест за перші 30 с (к-ть)	41,8	48,1	40,1	43,6	41,3	48,9
Підскок вгору з місця (см)	30,5	32,6	30,1	30,9	30,1	35,2

Примітка: всі цифри мають достовірність від 0,05 до 0,001.

Як видно з представлених даних, найкращих результатів у спортивній підготовленості юних футболістів можна досягти лише при поєднанні всіх

складових підготовки: фізичної, технічної та психологічної. Отримані дані переконують у тому, що тільки комплексне використання всіх складових підготовки може забезпечити підвищення рівня спортивної успішності юних футболістів.

В кінці розділу приводяться експериментально одержані кількісні дані, які можна використовувати тренерам у процесі відбору кандидатів до футбольних команд з метою виявлення їх потенційних можливостей та якостей особистості.

У п'ятому розділі «**Проблема спортивної підготовки юних футболістів аналіз одержаних даних**» здійснено аналіз отриманих даних та порівняння їх з сучасними поглядами науковців, які досліджували питання підготовки юних футболістів. Зроблено акцент на відмінностях даних, отриманих нами та попередніми дослідниками.

Ми більше схиляємось і підтримуємо думку тих науковців, які наголошують на необхідності в процесі відбору до футбольних клубів застосовувати оцінку не тільки фізичних даних бажаних грати у футбол, а й їх конституційні характеристики, пропорції тіла, рівень біологічного розвитку.

Отримані дані не тільки підтверджують результати попередніх дослідників, а і свідчать про те, що процес відбору до футбольних секцій буде більш ефективним за умов використання тренером психологічних тестів, тобто якщо він буде звертати увагу і на якостях особистості майбутнього футболіста (на ступені розвитку у нього товариськості, конфліктності і т. ін.). Це результати є новими у сфері спортивної підготовки 12-14-річних футболістів.

В дослідженні також вперше доведено, що підлітки, які мали більш розвинені позитивні якості особистості частіше за все відносились до групи осіб з прискореним біологічним розвитком і мали найкращі показники з фізичної і технічної підготовленості. Тобто, цим самим, по-перше, було показано, що у відборі майбутніх футболістів слід не забувати і постійно використовувати оцінку їх особистих якостей, а, по-друге, це свідчить про взаємозв'язок між якостями особистості та рівнем біологічного розвитку юних спортсменів.

На відміну від попередніх дослідників у роботі знайдено не тільки три варіанти біологічного розвитку неповнолітніх (це було і раніше), а й зв'язок рівня біологічного розвитку з морфофункціональними показниками і головне з можливостями до гри у футбол. А це вже прямий доказ необхідності врахування особистісних якостей і рівня біологічного розвитку у відборі до футбольних секцій.

Закінчується розділ практичними рекомендаціями тренерам з футболу, які працюють з підлітками.

ВИСНОВКИ

1. Аналіз науково-методичної літератури показав, що в останні роки проблема спортивної підготовки юних футболістів досить ефективно вирішується. Найкраще досліджені питання їх технічної підготовки, менше приділено уваги фізичній підготовці і зовсім фрагментарно представлені дані стосовно їх психологічної підготовки. У проблемі орієнтації та відбору неповнолітніх осіб для

занять у футбольних клубах акцент робиться на оцінці їх фізичних якостей та здібностей. Психологічні критерії у процесі відбору майже не використовуються, дуже рідко з цією метою робиться аналіз відповідності паспортного та біологічного віку юних спортсменів.

Не виявлено досліджень, в яких ставилась би мета обґрунтування ролі взаємозв'язку і взаємовпливу фізичної, технічної та психологічної підготовки юних футболістів, а також ролі у цьому процесі їх прискореного та уповільненого біологічного розвитку.

2. У 12-14-річних футболістів встановлена невідповідність паспортного і біологічного віку. Дослідження їх біологічного розвитку дозволило виділити три його варіанта: прискорений, нормальний та уповільнений.

Найбільші показники фізичного розвитку (довжина та маса тіла й обхват грудної клітки) та фізіологічні показники (життєва ємність легень, частота дихання та час його затримки, частота серцевих скорочень, систолічний та діастолічний тиск, фізична працездатність і максимальне споживання кисню) виявлені у футболістів з прискореним біологічним розвитком, а найменші у їх одноліток з уповільненим біологічним розвитком.

Розвиток рухових якостей юних футболістів також залежить від рівня їх біологічного віку. Різниця між показниками у футболістів з прискореним і уповільненим розвитком складає: біг на 1500 м – 68,3 с (у 12-річних), 45,3 с (у 13-річних) та 39,8 с (у 14-річних) при $p < 0,05-0,001$; підскок вгору з місця – 3,1 см (у 12-річних), 5,2 см (у 13-річних) та 3,3 см (у 14-річних) при $p < 0,01$.

Показано, що швидкісно-силові якості та витривалість за даними степ-тесту у футболістів з прискореним біологічним розвитком значно кращі, ніж у їх однолітків з уповільненим розвитком. Так, кількість підйомів на 40-сантиметрову сходинку у 12-річних гравців була більшою на 7,1, у 13-річних – на 6,7, а у 14-річних – на 4,8 при $p < 0,001$. Одночасно ці дані демонструють зменшення різниці у вимірюваних показниках залежно від паспортного віку, тобто від 12 до 14 років.

В технічній підготовленості різниця між показниками футболістів з прискореним й уповільненим біологічним розвитком складає: ведення м'яча на 30 м – 0,6 с (у 12-річних), 0,5 с (у 13-річних) та 0,4 с (у 14-річних) при $p < 0,01$; дальність польоту м'яча – 6,0 м (у 12-річних), 2,1 м (у 13-річних) та 1,2 м (у 14-річних) при $p < 0,01-0,05$; кидання м'яча на дальність – 2,4 м (у 12-річних), 1,3 м (у 13-річних) та 0,5 м (у 14-річних) при $p < 0,001-0,05$.

У зв'язку з одержаними даними тренерам з футболу у процесі відбору кандидатів до футбольних команд та при плануванні фізичних навантажень необхідно враховувати рівень біологічного розвитку одноліток та пам'ятати, що різниця між дослідженими показниками футболістів з прискореним й уповільненим розвитком з роками (від 12 до 14 років) зменшується.

3. Рівень біологічного розвитку особистості юних футболістів впливає і на ступінь прояву її якостей. У спортсменів з прискореним розвитком виявлено більший ступінь прояву позитивних для спортивної діяльності якостей особистості

таких як: товариськість, емоційна стійкість, відповідальність, врівноваженість, цілеспрямованість, впевненість у собі.

У підлітків з прискореним біологічним розвитком домінувало позитивне відношення до товаришів з команди, врахування їх поглядів, відповідальність за свої дії, що обумовлювало взаєморозуміння в команді та підвищення соціально-психологічної адаптації футболістів до умов спортивної діяльності.

Футболісти з уповільненим розвитком більше проявляли такі якості як: лабільність настрою, невротичність, зміна інтересів, дратівливість, тривожність, конфліктність, впертість, фрустрованість, агресивність. Безумовно, демонстрація ними цих якостей створювала негативну психологічну атмосферу у команді і заважала навчально-тренувальному процесу та взаємопорозумінню на матчевих зустрічах.

У всі вікові періоди у досліджених футболістів найбільша потреба була у схваленні, підвищенні престижу, бажанні слави та фізичної досконалості. У осіб з різним рівнем біологічного розвитку встановлені суттєві відмінності у мотивації до занять спортом. Так, наприклад, для футболістів з прискореним розвитком від 12 до 14 років зростає важливість матеріальних благ: на 3,3 бала (у 12-річних), 3,9 балів (у 13-річних) та 4,5 балів (у 14-річних) при $p < 0,05$. У спортсменів з уповільненим розвитком у ці ж вікові періоди відповідно маємо: 2,4-2,6-3,2 бала ($p < 0,05-0,001$). Хоча у цих же футболістів потреба у похвалі у 12-річних дорівнює 4,5 балів, у 13-річних – 4,8 балів, а у 14-річних – 4,9 балів ($p < 0,01-0,001$).

Ці факти дуже важливі у виховній роботі тренера з футболу, тому що за успіхи у тренуванні або грі футболістові з прискореним розвитком потрібна хоч якась нагорода, а юний спортсмен з уповільненим розвитком буде дуже задоволений від схвалення його дій перед товаришами.

4. Юні футболісти експериментальної групи з низькою спортивною успішністю, завдяки використанню додаткового комплексу вправ, досягли, порівняно з контрольною групою, покращення показників довжини тіла на 1,3 см, $p < 0,05$, маси тіла на 1,6 кг, $p < 0,05$, обхвату грудної клітки на 1,2 см, $p < 0,05$, життєвої ємності легень на 0,17 л, $p < 0,05$, частоти серцевих скорочень на 1,3 уд.хв⁻¹, $p < 0,05$, систолічного артеріального тиску на 1,4 мм. рт. ст., $p < 0,05$, діастолічного артеріального тиску на 5,7 мм. рт. ст., $p < 0,001$.

Застосування додаткового комплексу вправ підвищило рівень фізичної і технічної підготовленості юних футболістів. Покращились показники бігу на 60 м – на 0,30 с, $p < 0,05$; бігу на 100 м – на 1,3 с, $p < 0,05$; бігу на 3000 м – на 1,45 хв, $p < 0,05$. Паралельно з ростом показників швидкості та витривалості збільшились і результати їх силових якостей у вправах підтягування на перекладині та станова динамометрія. Позитивні зміни отримані й у вправах з м'ячем. Так, час ведення м'яча на відстань 30 м зменшився на 0,14 с, $p < 0,05$; дальність польоту м'яча збільшилась на 4,4 м, $p < 0,05$; викидання м'яча на дальність зросло на 1,3 м, $p < 0,001$. Збільшились також і показники у підскоці вгору з місця на 2,1 см, $p < 0,01$. А

зростання даних за степ-тестом на 6 підйомів на сходинку ($p < 0,01$) свідчить про поліпшення витривалості і швидкісно-силових якостей юних футболістів.

Покращення показників фізичної та технічної підготовленості, безумовно, обумовлює підняття рівня спортивної успішності 12-14-річних футболістів, який до експерименту був значно нижче, ніж у гравців з контрольної групи.

5. Проведення психологічної підготовки футболістів у вигляді соціально-психологічного тренінгу привело до корекції ступеня прояву їх особистісних якостей. Покращились показники товариськості, відкритості, уважності, доброзичливості, стриманості при одночасному зменшенні рівня депресивності, дратівливості, фрустрованості, тривожності, агресивності, запальності та невротичності.

Внаслідок покращення якостей особистості гравців змінилась їх поведінка у команді, взаємовідносини з тренером і товаришами, поліпшилась в цілому вся психологічна атмосфера. Перелічені зміни привели до незначного, але достовірного підвищення показників їх фізичної і технічної підготовленості.

6. Паралельне застосування додаткового комплексу фізичних вправ і психологічної підготовки дало найкращі результати як у фізичній, так і у технічній підготовленості юних футболістів. Саме такий підхід підвищив і результати соціально-психологічної адаптації спортсменів з третьої експериментальної групи. У них покращились показники сприйняття себе та інших, знизилась конфліктність та агресивність.

Зміни в якостях особистості гравців, успіхи у фізичній та технічній підготовленості обумовили їх віру у свої можливості, у власну високу пристосованість до умов тренування та гри у футбол, у свою успішність та сприйняття їх як спортсменів, з якими треба рахуватись.

Отже тільки комплексний вплив фізичної, технічної і психологічної підготовки може забезпечити найвищий рівень підготовленості юних футболістів і одночасно підвищення результатів їх успішності в спортивній діяльності.

7. Для відбору підлітків у футбольні клуби можна використовувати одержані кількісні дані, які дозволяють тестувати рівень прояву їх психологічних якостей. Застосування рекомендуємих методів дослідження можливе і з метою корекції індивідуально-психологічних якостей гравців з низькою спортивною успішністю.

Використання практичних рекомендацій для тренерів, які працюють з юними футболістами, обумовить не тільки підвищення рівня їх підготовленості як спортсменів, а й допоможе в реалізації виховання їх всебічно розвиненими громадянами своєї країни, цілісними особистостями.

Перспективою подальших досліджень може бути пошук шляхів та засобів оптимізації процесу спортивної підготовки футболістів, які знаходяться в критичному періоді онтогенезу, тобто у підлітковому віці.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ:

1. Петренко С. И. Влияние индивидуально-психологических качеств футболистов на уровень их технической и физической подготовленности / С. И. Петренко // Физическое воспитание студентов творческих специальностей: 36. наук. праць під ред. С. С. Єрмакова. – 2006. - № 6. – С. 57-64.
2. Петренко С. И. Анализ физической подготовленности футболистов 12-4-летнего возраста с разным уровнем биологического развития / С. И. Петренко // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2006. - № 10. – С. 189-192.
3. Петренко С. И. Необхідність врахування рівня біологічного розвитку юних футболістів в оцінці їх технічної підготовленості / С. И. Петренко // Педагогіка, психологія та методико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: 36. наук. праць за ред. С. С. Єрмакова. – 2007. - № 3. – С. 92-95.
4. Петренко С. И. Особенности физического развития и функций ардиореспираторного аппарата футболистов 12-14-летнего возраста отличающихся по уровню биологического развития / С. И. Петренко // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2007. - № 11. – С. 187-191.
5. Петренко С. И. Взаемозвязок умов соціалізації юних футболістів з успішністю в їх спортивній діяльності / С. И. Петренко, Г. Г. Хохлов // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2008. - № 4. – С. 170-174.
6. Петренко С. И. Ефективність взаєм впливу складових спортивної підготовки юних футболістів / С. И. Петренко, М. Г. Самойлов // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2009. - № 3. – С. 252-256.

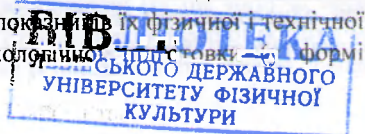
АНОТАЦІЇ

Петренко С. И. Вплив навчально-тренувального процесу на підготовленість 12-14-річних футболістів з різним рівнем біологічного розвитку. – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.01 – олімпійський і професійний спорт. арківська державна академія фізичної культури. Харків, 2009.

В роботі досліджені особливості фізичного розвитку, фізіологічних та психологічних якостей футболістів 12-14-річного віку, які відрізняються за рівнем біологічного розвитку. У цих осіб встановлена невідповідність між паспортним і біологічним віком, при цьому виділено групи з уповільненим, нормальним та прискореним розвитком. Доведено, що підлітки з прискореним біологічним розвитком мають кращі психофізіологічні показники і відрізняються від своїх ровесників за результатами фізичної і технічної підготовленості.

Також здійснено аналіз взаємозв'язку і взаєм впливу різних складових (фізичної, технічної та психологічної) спортивної підготовки юних футболістів та впливу на рівень їх підготовленості. Показано, що використання комплексу фізичних вправ, які направлені на розвиток швидкісних і швидкісно-силових якостей юних футболістів обумовлює покращення показників їх фізичної і технічної підготовленості. Водночас, використання і психологічних вправ у формі



соціально-психологічного тренінгу) приводить не тільки до збільшення ступеня прояву позитивних і соціально бажаних якостей особистості гравців, а й викликає несуттєві, але достовірні зміни у фізичній та технічній складових спортивної підготовленості. Підкреслюється і об'єктивно обґрунтовується важлива роль врахування усіх складових у процесі підготовки юних футболістів. Зроблено висновки про значення взаємозв'язку і взаємовпливу різних складових у формуванні юних футболістів як спортсменів і особистості одночасно.

Закінчується дисертація практичними рекомендаціями тренерам з футболу, які працюють з підлітками.

Ключові слова: юні футболісти, спортивна підготовка, біологічний розвиток, особистість спортсмена.

Петренко С. И. Влияние учебно-тренировочного процесса на подготовленность 12-14-летних футболистов с разным уровнем биологического развития. – Рукопись.

Диссертация на соискание научной степени кандидата наук по физическому воспитанию и спорту по специальности 24.00.01 – олимпийский и профессиональный спорт. Харьковская государственная академия физической культуры. Харьков, 2009.

Диссертационное исследование посвящено анализу взаимовлияния и взаимодействия составных частей спортивной подготовки юных футболистов, которые отличаются несоответствием паспортного и биологического возраста. Среди сверстников исследованных подростков выявлены особи с замедленным, нормальным и ускоренным развитием. Установлено, что юные футболисты с ускоренным биологическим развитием имеют лучшие психофизиологические показатели и отличаются от своих сверстников по результатам физической и технической подготовленности. Ребята с ускоренным биологическим развитием также быстрее и правильнее усваивают элементы учебно-тренировочных занятий. Причем, последние оказывают влияние на психическое развитие в большей мере, чем на их сверстников.

Анализ зависимости уровня подготовленности юных футболистов от составных частей их спортивной подготовки убеждает, что она в полной мере зависит и определяется каждой из них. При этом, применение комплекса физических упражнений, направленных на развитие скоростных и скоростно-силовых качеств обуславливает повышение уровня физической и технической подготовленности. Однако использование как дополнительного компонента психологической подготовки (в форме социально-психологического тренинга) детерминировало повышение показателей всех составных частей подготовки. Во-первых, повысился уровень проявления качеств личности, которые необходимы игрокам для успешного взаимодействия в составе команды: коммуникабельность, отзывчивость, эмпатийность, взаимовыручка, добросердечность, решительность. При одновременном снижении уровня проявления конфликтности, тревожности, вспыльчивости, фрустрированности, раздражительности и др.

Более того, проведенная психологическая подготовка обусловила повышение степени усвоения учебных элементов и техники игры, что в результате, по сравнению с контрольной группой, детерминировало улучшение показателей физической и технической подготовленности юных футболистов.

Осуществлен также анализ условий формирования юного футболиста как спортсмена и как личности. Обосновывается важное значение учета в процессе подготовки юных футболистов роли каждой из его составных частей. Приводятся количественные данные об уровне выраженности личностных качеств и рекомендуемые психолого-педагогические методы, которые можно использовать при отборе в спортивные клубы подростков желающих заниматься футболом. При этом подчеркивается обязательность учета уровня их биологического развития и соответствия паспортному возрасту.

Одним из практически значимых аспектов проведенного исследования являются рекомендации относительно использования тренерами и психологами команд психологического тестирования как во время отбора в футбольные команды, так и в процессе учебно-тренировочных занятий. Особенностью и отличием от распространенных в научной литературе рекомендаций является приведение количественного измерения (или коридора колебаний) степени проявления качеств личности подростка, за пределами которой конкретного футболиста лучше не рекомендовать для игры в составе команды.

Заканчивается исследование практическими рекомендациями тренерам по футболу, которые работают с подростками.

Ключевые слова: юные футболисты, спортивная подготовка, биологическое развитие, личность спортсмена.

Petrenko S. I. Influence of training and training process for preparing 12-14-year layers with different levels of biological development. - Manuscript.

Thesis for a Ph.D. degree in science of physical education and sport on speciality 4.00.01 - Olympic and professional sports. **Kharkiv State Academy of Physical Culture**. Kharkiv, 2009.

This paper investigated features of the physical, physiological and psychological qualities of players 12-14-year-old age, which differ in the level of biological development. These people have a discrepancy between the passport and biological age, while a group of slow, normal and accelerated development. It is shown that adolescents with accelerated biological development of the best physiological indicators and different from their peers the results of physical and technical training.

Also analyzed the relationship and interaction of various components (physical, technical and psychological) sports training of young players and the impact on their level of preparedness. Shown that the use of physical exercises aimed at developing speed and power-speed skills of young players causes the indicators to improve their physical and technical training. However, the use and psychological training (in the form of socio-psychological training) leads not only to increase the degree of expression of positive and socially desirable qualities of the individual players, but is immaterial, but reliable changes

in the physical and technical components of sports training. It objectively justified considering the important role of all components in the preparation of young players. Conclusions about the significance of the relationship and interaction of various components in the formation of young players as athletes and personalities at the same time.

Expires thesis practical advice coach, working with teenagers.

Key words: young players, sports training, biological of development, personality of athlete.