

1 515.78(4Укр)  
К 56

**ХАРКІВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ**

**КОВАЛЬ СВЯТОСЛАВ СВЯТОСЛАВОВИЧ**

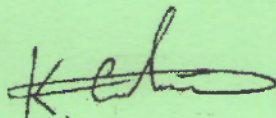
УДК 796.011.1:796.332:796.077.5

**КОМПЛЕКСНЕ ФОРМУВАННЯ РУХОВИХ ЯКОСТЕЙ  
І ОСВОЄННЯ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ ДІЙ  
ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ 8-12 РОКІВ**

24.00.01 – Олімпійський і професійний спорт

**АВТОРЕФЕРАТ**

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



**Харків – 2010**

Дисертацією є рукопис.

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

**Науковий керівник:** доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор **Мулик Вячеслав Володимирович**, Харківська державна академія фізичної культури, завідувач кафедри зимових видів спорту, велоспорту та туризму.

**Офіційні опоненти:** доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор **Лісенчук Геннадій Анатолійович**, Національний університет фізичного виховання і спорту України, професор кафедри футболу;

кандидат педагогічних наук, професор **Шамардін Валерій Миколайович**, Запорізький національний технічний університет, Інститут управління та права, професор кафедри управління фізичної культури і спорту.

Захист відбудеться 14 жовтня 2010 р. о 12<sup>00</sup> годині на засіданні спеціальної вченої ради К 64.862.01 Харківської державної академії фізичної культури за адресою: 61022, м. Харків, вул. Клочківська, 99.

З дисертацією можна ознайомитись у бібліотеці Харківської державної академії фізичної культури (61022, м. Харків, вул. Клочківська, 99).

Автореферат розіслано 13 вересня 2010 року.

Вчений секретар  
спеціальної вченої ради



В.С. Ашанін

1697

## ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

**Актуальність теми.** Загальновідома велика популярність футболу, оскільки цим видом спорту займаються мільйони дітей і дорослих. В Україні, не дивлячись на значну захопленість футболом, фахівці звертають увагу на існуюче значне відставання гравців провідних українських клубів від кращих світових і європейських команд у індивідуальній техніко-тактичній і фізичній підготовці (В. Ф. Бойченко, 1986; Б. І. Без'язичний, О. В. Сірий, 1999; А. Дулібський, 1999; Г.А. Лисенчук, 2003).

Навчальна програма ДЮСШ з футболу, що існує в Україні, за розділом техніко-тактичної та фізичної підготовки вмістить тільки перелік вправ, використання яких не дає в повні під час тренувального процесу проводити комплексне формування технічної і фізичної підготовленості.

Рядом авторів (Г. С. Зонин, 1974; А. П. Золотарьов, 1994, 1996; А. Дулібський, 1998) відзначено, що індивідуальна техніко-тактична підготовленість гравців багатьох команд із віком поліпшується, однак арсенал застосування технічних прийомів у грі залишається досить малим, що обумовлено неефективною техніко-тактичною підготовкою юних футболістів на етапі початкової підготовки.

Найважна наукова й методична література з проблем підготовки юних футболістів, на жаль, стосується в основному тільки питань методики початкового навчання техніці гри (А.А. Смирнов, 1990; А.П. Золотарьов, 1996; В.В. Шаленко, 2005), або фізичної підготовки спортсменів (В. Д. Кудрявцев, 1978; В.М. Шамардін, 1981; Г. Л. Драндров, 1989; С.Н. Задиран, 1992; Г. С. Лалаков, 1995; Аль Овайдат Раїд, 1998; К.М. Віхров, 2000). У той же час, у доступній нам спеціальній літературі практично відсутні дані комплексного розвитку рухових якостей і техніко-тактичних дій юних футболістів. У зв'язку з цим розробка й впровадження до тренувального процесу юних футболістів комплексів завдань, що передбачають розвиток рухових якостей і освоєння елементів техніки футболу є актуальним напрямком наукових досліджень.

### **Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.**

Дисертаційну роботу виконано у відповідності до Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту Міністерства України в справах сім'ї, молоді й спорту на 2006-2010 рр. за темою 2.1.10.3п «Оптимізація учбово-тренувального процесу футболістів різної кваліфікації» (№ державної реєстрації 0106U011992). Роль автора полягала в постановці проблеми дослідження, проведенні педагогічного експерименту, розробці та впровадженні методик побудови тренувального процесу для комплексного розвитку рухових якостей і освоєння техніко-тактичних дій юних футболістів 8-12 років.

**Мета роботи:** обґрунтувати й експериментально перевірити ефективність комплексного формування техніко-тактичних дій і розвитку рухових якостей у юних футболістів 8-12 років.

### **Завдання роботи:**

1. Здійснити аналіз існуючих методик розвитку рухових якостей і техніко-тактичної підготовки юних футболістів.

2. Визначити динаміку зміни рухових якостей, техніко-тактичних дій та функціональних систем юних футболістів 8-12 років під впливом тренувальної програми, яка використовується в ДЮСШ.

3. Виявити взаємозв'язок прояву рухових якостей і виконання окремих техніко-тактичних дій юних футболістів 8-12 років.

4. Експериментально обґрунтувати застосування комплексів тренувальних завдань з формування техніко-тактичних дій і розвитку рухових якостей, що забезпечують їхнє виконання, й упровадити їх в тренувальний процес юних футболістів.

**Об'єкт досліджень** – навчально-тренувальний процес юних футболістів 8-12 років.

**Предмет досліджень** – комплексний розвиток рухових якостей і освоєння техніко-тактичних дій юних футболістів 8-12 років.

Поставлені завдання передбачали використання комплексу взаємозалежних методів дослідження: теоретичний аналіз науково-методичної літератури; вивчення та узагальнення досвіду практичної роботи шляхом бесід, порівняння, аналогій, анкетування, педагогічних спостережень; педагогічне тестування рухових якостей, техніко-тактичних дій, функціональних і психофізіологічних можливостей спортсменів; педагогічний експеримент; методи математичної статистики.

### **Наукова новизна отриманих результатів**

Уперше:

- розроблено тренувальні завдання, що передбачають комплексне формування техніко-тактичних дій і розвиток рухових якостей, що забезпечують їхнє виконання у юних футболістів 8-12 років;

- встановлено кореляційний взаємозв'язок виконання елементів техніки і рухових якостей, що забезпечують їхнє виконання юними футболістами 8-12 років;

- виявлено залежність результатів педагогічного тестування виконання елементів техніки футболу від показників психологічних якостей (властивості уваги, точність зосередження, час мислення, складна зорово-моторна реакція, впевненість у ситуаціях спортивної діяльності);

- визначені найбільш значущі психологічні фактори, що забезпечують ефективність змагальної діяльності юних футболістів 10-12 років;

Підтверджено дані про нерівномірність розвитку рухових якостей у юних футболістів і найбільш сприятливі періоди їхнього розвитку у юних футболістів.

Доповнено й розширено дані про:

- кількісні і якісні показники техніко-тактичних дій юних футболістів;

- найбільш сприятливі періоди освоєння елементів техніки юними футболістами 8-12 років;
- динаміку розвитку морфофункціональних показників юних футболістів.

**Практичне значення й рівень впровадження.** Використання в практичній діяльності розробленої методики, що включає в себе комплекси підготовчих та спеціальних вправ, підвищило ефективність індивідуальної техніко-тактичної підготовленості й рівень рухових якостей юних футболістів 8-12 років.

Результати дослідження впроваджені в практику навчально-тренувальної підготовки й змагальної діяльності юнацьких команд ДЮСШ № 12, Дитячої футбольної академії «Металіст» і використовуються при читанні лекцій, проведенні методичних занять, написанні дипломних і магістерських робіт студентами ХДАФК, а також при виступі на науково-методичних семінарах для тренерів дитячих футбольних команд Харківської обласної федерації футболу (ХОФФ), про що свідчать відповідні акти впровадження (від 26.12.2009, 25.02.2010, 17.03.2010, 22.04.2010).

**Особистий внесок здобувача** полягає у виборі напрямку дослідження, у його безпосередній організації й проведенні, у постановці мети і завдань дослідження, аналізі літературних джерел та практичної діяльності за досліджуваною проблемою, у проведенні теоретичної й експериментальної роботи, в аналізі й інтерпретації результатів, а також апробації й упровадженні дисертаційних розробок у практику роботи ДЮСШ.

**Апробація результатів дисертаційного дослідження.** Основні результати досліджень доповідалися й розглядалися на наукових семінарах тренерів ФФУ і ХОФФ (2002-2004 рр.); III Міжнародній електронній науковій конференції «Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор і однокласників у вищих навчальних закладах» (Харків – Запоріжжя – Белгород – Красноярськ, 2007); на міжнародних конференціях «Фізична культура, спорт і здоров'я» (Харків, 2000, 2001, 2002, 2003, 2004, 2007); Міжнародному симпозіумі «Схід-Україна-Захід: сучасні процеси розвитку фізичної культури, спорту, туризму й оздоровчих технологій» (Харків, 2009).

**Публікації.** Здобувачем опубліковано 12 наукових праць, з яких 2 брошури та 10 статей у спеціалізованих виданнях ВАК України.

**Структура й обсяг дисертації.** Робота складається із вступу, п'яти розділів, висновків, практичних рекомендацій, списку літератури й додатків. Викладена на 203 сторінках комп'ютерного набору тексту, ілюстрована 76 таблицями й 4 рисунками. Бібліографія включає 283 літературних джерел, з яких 32 іноземних публікацій.

## ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У вступі обґрунтовано актуальність досліджуваної теми, визначено мету, завдання, об'єкт, предмет, методи досліджень, розкрито наукову новизну і практичне значення одержаних результатів, особистий внесок здобувача відображено апробацією та впровадженням у практику результатів дослідження.

У першому розділі «Фактори, що обумовлюють техніко-тактичну і фізичну підготовленість юних спортсменів» розглянуто принципи і напрямлення, що сприяють формуванню рівня змагальної підготовленості; розглянуто вікові періоди, найбільш сприятливі для розвитку фізичних якостей юних спортсменів; представлено характеристику елементів техніки гри в змагальній діяльності юних футболістів; проведено аналіз методик побудови навчально-тренувальних занять юних футболістів.

У другому розділі «Методи і організація дослідження» представлено зміст методів досліджень, розкрито сутність їх використання та подано інформацію про організацію дослідження.

Теоретико-методологічну основу дисертаційного дослідження склали роботи В. М. Платонова, 1997; Л. П. Магвєєва, 1991 з загальних основ теорії й методики побудови навчально-тренувального процесу у фізичному вихованні й спорті; Ю. В. Верхошанського, 1993; Ю. А. Годика, 1981 з питань керування тренувальним процесом; А. А. Гужаловського й В. П. Філіна, 1991 з розвитку рухових якостей; В. Г. Алабіна, 1995 з особливостей побудови тренувальних завдань цілеспрямованого впливу; Г. А. Лісенчука, 2003; А. Чанади, 1978; О. Джуса, В. Н. Шамардина, 2002 з питань індивідуалізації техніко-тактичної підготовки й моделювання атакуючих дій у футболістів; С. В. Маліновського, А. В. Родіонова, В. М. Корягіна, Ю. М. Портнова, 1989 з основ тактичної підготовки спортсменів у ігрових видах спорту; П. К. Анохіна і Н. В. Жмарєва, 1994 з питань системного аналізу.

Серед педагогічних методів досліджень використовувалися: аналіз і узагальнення даних спеціальної наукової літератури; педагогічне спостереження; тести для визначення рівня розвитку спеціальних рухових якостей (біг на 30 м і 300 м, човниковий біг 3×10 м, стрибок угору та довжину з місця, станова динамометрія, нахили тулуба); визначення рівня прояву техніко-тактичних дій (передачі м'яча, прийом м'яча, ведення, обвідка, відбір м'яча, гра головою).

Дослідження морфофункціональних показників: антропометричні (довжина і маса тіла, окружність грудної клітини); серцево-судинної системи (ЧСС, АТ, електрокардіографія за методикою С. А. Душаніна – АНАМЕ, АМЕ; PWC<sub>170</sub>); дихальної системи (МПК, ЖЕЛ, частота дихання, затримка дихання на видиху).

Психофізіологічні дослідження передбачали визначення: оперативного мислення, рухомості нервових процесів, сприйняття середнього часу виконання дій, адекватності сприйняття часових інтервалів, простої і складної зорової реакції, властивості уваги, тактичного мислення.

Обробка отриманих результатів здійснювалася за допомогою методів математичної статистики з використанням стандартних комп'ютерних програм.

В дослідженнях брали участь юні футболісти 8-12 років ДЮСШ № 12 м. Харкова і Дитячої футбольної академії «Металіст».

Методологія досліджень передбачала поетапність проведення педагогічних експериментів.

*На першому етапі (2000 р.)* вивчалися літературні джерела й практичний досвід тренерів з футболу, які працюють з юними футболістами з питання розвитку рухових якостей і формування технічних прийомів на початковому етапі підготовки.

*На другому етапі (2001-2005 рр.)* визначався рівень розвитку фізичних якостей і становлення техніко-тактичної підготовленості юних футболістів 8-12 років. Визначався кореляційний взаємозв'язок між окремими руховими якостями, техніко-тактичними прийомами, зорово-моторними й руховими реакціями в юних футболістів. Це дозволило розробити блоки завдань, які передбачають комплексне освоєння елементів техніки футболу й розвиток рухових якостей, які забезпечують їхнє виконання.

У дослідженнях, що проводилися протягом 4 років, взяли участь 25 юних футболістів віком 8-12 років, які займалися за програмою ДЮСШ.

*На третьому етапі (2006-2008 рр.)* проведено трирічний експеримент за участю контрольної (20 осіб) і експериментальної (20 осіб) груп, де було перевірено ефективність розроблених програм, що передбачають комплексний розвиток рухових якостей і техніко-тактичних дій юних футболістів.

*На четвертому етапі (2009 р.)* проводилося уточнення теоретико-методичних аспектів проведення тренувального процесу юних футболістів, проводилося аналітичне, математичне й прикладне узагальнення результатів, а також систематизувалися показники всіх експериментів.

На підставі досліджень розроблено практичні рекомендації для тренерів з футболу, які працюють з юними футболістами, спрямовані на вдосконалювання тренувального процесу засобами комплексного розвитку рухових якостей і техніко-тактичних дій, і впроваджені до навчально-тренувального процесу ДЮСШ.

**У третьому розділі роботи «Динаміка розвитку рухових якостей і техніко-тактичної підготовленості юних футболістів 8-12 років»** виявлено різний їх прояв упродовж зазначеного віку.

У віці 9 років найбільший приріст відбувається в показнику швидкісно-силової спрямованості (стрибок у довжину з місця –  $t=5,34$ ;  $p<0,001$ ), позитивну динаміку відзначено й в інших тестах: у бігу на 30 ( $t=1,61$ ;  $p>0,05$ ) і 300 ( $t=1,96$ ;  $p>0,05$ ) метрів, становій силі ( $t=1,83$ ;  $p>0,05$ ) і «човниковому» бігу  $3 \times 10$  м ( $t=1,69$ ;  $p>0,05$ ) (табл. 1).

**Динаміка показників фізичної підготовленості  
юних футболістів 8-12 років експериментальної групи (n=25)**

№ п/п	Показники	Вік, років				
		8	9	10	11	12
		$X_1 \pm m_1$	$X_2 \pm m_2$	$X_3 \pm m_3$	$X_4 \pm m_4$	$X_5 \pm m_5$
1	Біг на 30 м. с	5,46 ± 0,15	5,13 ± 0,13	5,00 ± 0,14	4,98 ± 0,15	4,72 ± 0,10
2	Біг на 300 м, с	61,69 ± 0,44	60,20 ± 0,62	59,51 ± 0,54	58,00 ± 0,91	55,01 ± 0,58
3	Станова сила, кг	43,85 ± 1,93	48,40 ± 1,57	53,50 ± 1,70	54,25 ± 1,71	60,70 ± 1,92
4	Нахили тулуба, см	4,70 ± 1,08	5,00 ± 0,65	4,30 ± 0,73	4,30 ± 0,80	4,80 ± 0,83
5	Човниковий біг 3 × 10 м. с	8,94 ± 0,11	8,73 ± 0,09	8,57 ± 0,07	8,42 ± 0,09	8,28 ± 0,16
6	Стрибок у довжину з місця, см	147,01 ± 2,1	160,21 ± 1,3	173,80 ± 3,6	180,42 ± 3,5	185,02 ± 4,1
7	Стрибок вгору з місця, см	30,1 ± 1,1	32,6 ± 1,2	34,2 ± 1,1	34,9 ± 1,3	35,6 ± 0,9

За період з 9 до 10 років виявлено достовірне збільшення в становій силі ( $t=2,20$ ;  $p<0,05$ ) і стрибку в довжину з місця ( $t=3,55$ ;  $p<0,01$ ).

З 10 до 11 років достовірних змін у досліджуваних показниках фізичних якостей не виявлено ( $p>0,05$ ), що свідчить про уповільнення темпів їхнього приросту.

Слід зазначити, що наступного року (з 11 до 12 років) значний приріст результатів тестування виявлено в бігу на 300 м ( $t=2,77$ ;  $p<0,05$ ) і становій силі ( $t=2,51$ ;  $p<0,05$ ).

Отримані результати свідчать про нерівномірність розвитку рухових якостей у юних футболістів 8-12 років, що необхідно враховувати при побудові їхнього тренувального процесу.

Кількісні і якісні показники елементів техніки футболу за перший рік тренування не мали достовірних змін ( $p>0,05$ ), у той час як надалі їхні кількісні дані збільшуються (табл. 2).

З 9 до 10 років збільшується загальна кількість передач за гру ( $t=2,28$ ;  $p<0,05$ ), переважно за рахунок середніх, що вказує на збільшення арсеналу виконання техніко-тактичних командних дій юних футболістів 10 років.

У наступні роки (11-12 років) також збільшується кількість передач ( $t=2,25$ ;  $p<0,05$ ), однак у цей період уже за рахунок використання довгих передач 11-12 років ( $t=2,38$ ;  $p<0,05$ ).



Таблиця 2

**Кількісні показники виконання різних командних техніко-тактичних дій юними футболістами 8-12 років експериментальної групи (n=25)**

№ п/п	Техніко-тактичні дії, кількість	Вік, років				
		8	9	10	11	12
		$X_1 \pm m_1$	$X_2 \pm m_2$	$X_3 \pm m_3$	$X_4 \pm m_4$	$X_5 \pm m_5$
1.	Прийом м'яча	30,5 ± 6,7	38,7 ± 6,8	44,2 ± 7,0	52,4 ± 6,9	69,7 ± 6,7
2.	Передачі м'яча	126,9 ± 10,35	135,9 ± 11,5	165,8 ± 6,37	163,2 ± 6,53	185,4 ± 7,07
2.1	Короткі	67,3 ± 12,4	73,5 ± 13,9	81,4 ± 12,1	76,7 ± 11,8	75,8 ± 9,2
2.2.	Середні	59,6 ± 8,3	62,4 ± 9,1	79,7 ± 6,2	79,4 ± 7,3	99,4 ± 9,2
2.3	Довгі	-	-	4,7 ± 0,8	7,1 ± 0,5	10,2 ± 0,2
3.	Ведення м'яча	76,6 ± 10,3	78,2 ± 9,8	61,3 ± 11,2	66,5 ± 9,9	74,1 ± 10,5
4.	Обведення	51,0 ± 5,2	50,1 ± 4,3	41,5 ± 4,8	40,8 ± 6,5	41,5 ± 5,6
5.	Відбір	55,5 ± 5,8	57,4 ± 5,1	58,2 ± 4,9	58,7 ± 4,8	56,6 ± 4,7
6.	Гра головою	8,3 ± 1,2	8,9 ± 1,3	9,1 ± 0,3	9,3 ± 1,1	13,1 ± 1,2
	Усього за гру:	406,45 ± 13,3	426,8 ± 13,6	438,6 ± 11,4	455,9 ± 13,6	509,5 ± 10,4

Визначено, що якість виконання технічних елементів юними футболістами експериментальної групи має достовірні зміни лише за весь період досліджень у показниках: коротких передач ( $t=2,66$ ;  $p<0,05$ ), ведення м'яча ( $t=3,06$ ;  $p<0,01$ ), обведенні ( $t=2,34$ ;  $p<0,05$ ), відборі м'яча ( $t=2,14$ ;  $p<0,05$ ) (табл. 3).

Встановлено кореляційні зв'язки між рівнем розвитку окремих рухових якостей і показниками техніко-тактичних дій юними футболістами. Значущу кореляційну залежність має ведення м'яча зі спритністю у віці 9 ( $r=0,49$ ) і 10 років ( $r=-0,61$ ).

Гра головою корелює зі стрибками вгору з місця в 9 ( $r=0,52$ ), 10 ( $r=0,64$ ), 11 ( $r=0,62$ ) і 12 ( $r=0,62$ ) років, а також зі стрибком у довжину з місця в 10 ( $r=0,49$ ), 11 ( $r=0,62$ ) і 12 ( $r=0,56$ ) років.

Дані тестування спритності корелюють: із обведенням в 10 ( $r=0,54$ ), 11 ( $r=0,65$ ) і 12 ( $r=0,68$ ) років; з веденням м'яча в 11 ( $r=-0,62$ ), 12 ( $r=-0,72$ ).

Відбір м'яча корелює із становою силою в 10 років ( $r=0,52$ ) і бігом на 30 м в 10 ( $r=-0,60$ ), 11 ( $r=-0,68$ ) і 12 ( $r=-0,70$ ) років, а також із показниками «човникового» бігу  $3 \times 10$  м в 11 ( $r=-0,71$ ) і 12 ( $r=-0,68$ ) років. Витривалість має кореляційний зв'язок з обведенням в 11 ( $r=-0,60$ ) і 12 ( $r=-0,70$ ) років.

Таблиця 3

**Показники якості виконання командних техніко-тактичних дій юними футболістами 8-12 років експериментальної групи (n=25) (брак у діях, %)**

№ п/п	Техніко-тактичні дії, кількість	Вік, років				
		8	9	10	11	12
		$X_1 \pm m_1$	$X_2 \pm m_2$	$X_3 \pm m_3$	$X_4 \pm m_4$	$X_5 \pm m_5$
1.	Прийом м'яча	58,3 ± 6,8	51,3 ± 6,4	47,1 ± 6,5	36,2 ± 6,2	34,4 ± 6,0
2.	Передачі м'яча	59,2 ± 6,4	56,4 ± 5,8	57,7 ± 5,9	53,7 ± 5,8	51,2 ± 5,7
2.1	Короткі	56,4 ± 5,8	54,2 ± 6,1	43,4 ± 6,3	37,1 ± 6,2	35,5 ± 6,6
2.2	Середні	62,1 ± 7,1	58,6 ± 6,8	55,3 ± 6,7	52,9 ± 7,0	47,1 ± 6,7
2.3	Довгі	-	-	74,4 ± 7,3	71,2 ± 7,5	71,1 ± 7,5
3.	Ведення м'яча	41,2 ± 3,1	40,9 ± 3,0	38,2 ± 3,1	32,3 ± 2,8	28,7 ± 2,7
4.	Обведення	59,5 ± 6,2	58,0 ± 5,7	54,7 ± 5,4	44,3 ± 5,3	40,6 ± 5,2
5.	Відбір	57,1 ± 5,1	51,2 ± 5,2	51,8 ± 5,2	43,4 ± 5,0	41,7 ± 5,1
6.	Гра головою	55,08 ± 5,5	51,56 ± 5,2	49,9 ± 5,2	42,0 ± 5,0	39,3 ± 4,9
	Усього за гру:	55,1 ± 5,4	51,5 ± 1,2	49,8 ± 5,1	41,9 ± 5,1	39,2 ± 4,8

Короткі й середні передачі м'яча мають середню кореляційну залежність із бігом на 300 м у 12 років ( $r=0,52$  і  $r=-0,56$ ). Довгі передачі мають кореляційну залежність із витривалістю в 11 ( $r=-0,66$ ), 12 ( $r=-0,67$ ) років і зі швидкістю в 11 років ( $r=-0,54$ ).

У той же час кількість передач залежить від рівня командних техніко-тактичних дій юних футболістів.

У футболістів-початківців (8-10 років) виявлено 8 значущих психологічних показників, які мають кореляційний взаємозв'язок з

результатами педагогічного тестування рівня техніко-тактичної підготовленості. Рівень оперативного мислення юних футболістів корелює з веденням м'яча ( $r=-0,49$ ), рухливість нервових процесів і сприйняття середнього часу з виконанням однокорств ( $r=-0,49; -0,53$ ), якість виконання передач із результатами складної зорово-моторної реакції ( $r=-0,73$ ), якості уваги з виконанням однокорств ( $r=-0,56$ ) та кількістю здійснених помилок ( $r=-0,64$ ), тестування тактичного мислення зі швидкістю ведення м'яча ( $r=-0,68$ ), проста зорова реакція з веденням м'яча ( $r=0,79$ ) та однокорствами ( $r=0,58$ ), стійкість уваги з веденням м'яча ( $r=-0,68$ ) та однокорствами ( $r=-0,61$ ). Отримані результати свідчать, що у юних футболістів 8-10 років пріоритетною є схильність до індивідуальних дій, які впливають на формування основних психологічних показників діяльності особистості.

У футболістів 11-12 років різні якості особистості знаходяться в складних відношеннях як між собою, так і з різними показниками техніко-тактичної підготовленості. Визначено 18 психологічних показників, що мають коефіцієнти кореляції з 0,53 до 0,79. Ефективність логічного запам'ятовування корелює з результатами передач м'яча ( $r=-0,65$ ), ведення м'яча ( $r=0,68$ ) і однокорств ( $r=0,77$ ), проста зорово-моторна реакція з веденням м'яча ( $r=0,79$ ). Виконання однокорств також корелює з тактичним мисленням ( $r=0,71$ ), простою зорово-моторною реакцією ( $r=0,58$ ), балансом нервових процесів ( $r=-0,56$ ), ефективністю логічного запам'ятовування ( $r=-0,77$ ), швидкістю і кількістю помилок переробки інформації ( $r=0,67; 0,65$ ), а також якості уваги ( $r=0,57-0,74$ ). Показники якості виконання передач мають значний рівень кореляції з складною зорово-моторною реакцією ( $r=-0,73$ ), особистою тривожністю ( $r=-0,64$ ), силою процесів гальмування ( $r=-0,63$ ), стійкістю ( $r=0,65$ ) та ефективністю ( $r=0,69$ ) уваги. Поряд з цим ведення м'яча має всього чотири достовірні кореляційні взаємозв'язки (тактичне мислення – 0,53; проста зорово-моторна реакція – 0,79; ефективність логічного запам'ятовування – 0,68; особиста тривожність – 0,53). Удари м'яча в ворота мають лише два значні кореляційні зв'язки – з самооцінкою особистих досягнень ( $r=0,64$ ) та спеціалізованим сприйняттям часу при виконанні дій ( $r=-0,54$ ).

Проведений кореляційний аналіз свідчить, що для вікових груп юних футболістів (8-10 років, 11-12 років) є свої специфічні особливості, які потребують врахування під час тренувального процесу.

Також визначено, що тренувальні й змагальні навантаження, які використовують під час спортивної підготовки юних футболістів за традиційною програмою дитячих спортивних шкіл позитивно впливають на формування морфофункціональних показників, маючи позитивну їхню динаміку. За час проведення досліджень вірогідно покращилися показники анаеробної та аеробної продуктивності серцевого м'яза, а також максимального споживання кисню й життєвої ємності легенів ( $p<0,05$ ), інші показники функціонального стану юних футболістів також мають позитивну динаміку протягом 8-12 років ( $p>0,05$ ).

У четвертому розділі «Комплексне формування техніко-тактичних дій і рухових якостей юних футболістів 8-12 років» обґрунтовано методику комплексного розвитку рухових якостей і засвоєння елементів техніки юних футболістів 8-12 років, враховуючи динаміку їх становлення і кореляційні зв'язки між окремими елементами техніки і руховими якостями.

При адаптації техніки до функціональних можливостей і рухових якостей враховувалася також наступність навантажень та паралельність використання специфічних і неспецифічних тренувальних засобів.

Тренувальні програми для першого і другого років занять (8-9 років) експериментальних груп засновані на роздільному розвитку рухових якостей (переважно швидкість і загальна витривалість, 80% від загального обсягу занять) і елементів техніки (переважно «ведення» м'яча й «обведення», 20% від загального обсягу занять), що відповідає «Навчальній програмі для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності». У ці роки річний цикл нами розглядався як підготовчий період.

Основним методом, що використовувався у тренувальному процесі був ігровий, у якому передбачалося попередній розвиток рухових якостей, а потім на цій основі освоєння елементів техніки футболу. Це пояснюється тим, що недостатні рухові вміння негативно впливають на правильне виконання елементів техніки.

Проведений дворічний тренувальний процес дозволив створити базу для виконання різних спеціальних вправ і розвитку рухових якостей, а також освоєння елементів техніки, насамперед пов'язаних зі сприйняттям відчуття м'яча.

Тому в програмах для десятирічних футболістів нами використовувався комплексний розвиток гнучкості, спритності й швидкості у поєднанні з освоєнням техніки ведення і обведення, а також виконання коротких передач різними частинами стопи, які мають кореляційний взаємозв'язок, виявлений в констатуючому експерименті. Річний цикл передбачав наявність підготовчого, змагального й перехідного періодів.

У тренувальні програми дітей 11 років нами було додатково включено засоби щодо розвитку аеробної витривалості в сполученні з виконанням комплексу елементів техніки, які передбачають ведення м'яча й обведення суперника, короткі й середні передачі м'яча з подальшими ударами у ворота.

Для розвитку динамічної сили нами включалися вправи з використанням ударів ногою по воротах з попереднім веденням м'яча або передачі, а також різних стрибкових вправ і гри головою.

На початку підготовчого періоду в тижневому мікроциклі планувалося 3 заняття, надалі 4 заняття по 60-90 хвилин.

У змагальному періоді заняття передбачали комплексне поєднання розвитку рухових якостей, освоєння елементів техніки й виконання індивідуальних і командних техніко-тактичних дій.

У віці 12 років тренувальний процес був спрямований на ускладнення умов виконання елементів техніки футболу, більшість із яких здійснюється в ігрових ситуаціях.

У даному віці юні футболісти брали участь у офіційних змаганнях (першість школи, району, міста, змагання «Шкіряний м'яч», «Тисяча команд» тощо) у процесі яких здійснювалося комплексне вдосконалювання техніки й розвиток рухових якостей.

У контрольній групі тренувальний процес дітей 10-12 років проводився з урахуванням рекомендацій представлених у «Навчальній програмі для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності».

Кількість годин у річному циклі в юних футболістів контрольної і експериментальної групи була приблизно однакова і становила: у 8 років – контрольна – 468, експериментальна – 472; в 9 років – 476 і 478; в 10 років – 488 і 490; в 11 років – 490 і 492; в 12 років – 498 і 502 годин. Проведене тестування рухових якостей і техніко-тактичних дій на початку основного експерименту (в 10 років) не виявило достовірної різниці ( $p > 0,05$ ) між футболістами контрольної та експериментальної групи.

Результати тестувань в 10, 11 і 12 років показали ефективність розробленої нами методики комплексного розвитку рухових якостей і освоєння елементів техніки футболу в експериментальній групі.

Впровадження експериментальної методики дозволило підвищити рівень фізичних якостей юних футболістів. Так, вірогідно покращилися результати в експериментальній групі за період досліджень (10-12 років) у бігу на 30 метрів ( $t=2,60$ ;  $p<0,05$ ) і 300 ( $t=7,35$ ;  $p<0,001$ ) метрів, становаї динамометрії ( $t=4,15$ ;  $p<0,001$ ), човниковому бігу  $3 \times 10$  м ( $t=6,62$ ;  $p<0,001$ ), стрибку в довжину ( $t=4,00$ ;  $p<0,001$ ) і вгору ( $t=3,14$ ;  $p<0,01$ ) з місця.

У контрольній групі також відбулися позитивні зміни, про що свідчать результати тестів, однак їхній рівень значно менше.

Порівняння кінцевих показників фізичної підготовленості контрольної і експериментальної групи свідчить про значно вищі результати тестування в юних футболістів експериментальної групи (рис. 1).

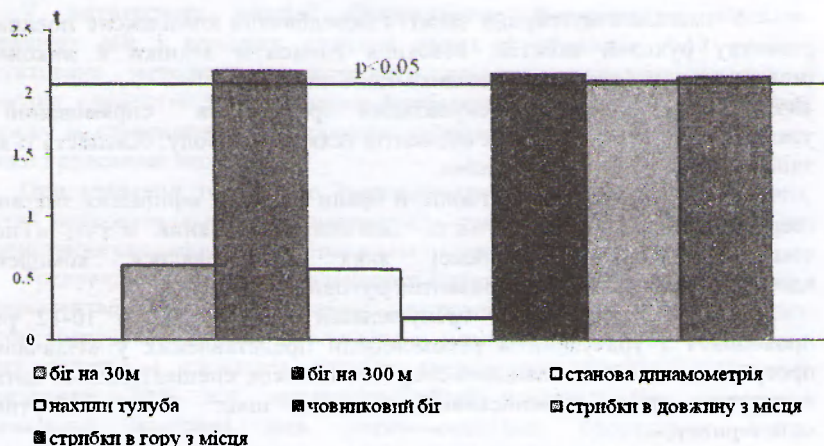


Рис. 1. Числові значення t-критерію і рівні достовірності змін показників фізичних якостей у футболістів контрольної та експериментальної груп ( $n_1=n_2=20$ ).

Більш значний приріст результатів тестування виявлено у юних футболістів експериментальної групи, причому в бігу на 300 метрів, човниковому бігу, стрибку в довжину й угору з місця розходження стосовно контрольної групи достовірні ( $p < 0,05$ ).

За час проведення досліджень покращилися також показники ігрової діяльності юних футболістів експериментальної групи. Кількісні показники ігрової діяльності з 362,4 збільшилися до 418,2 ( $t=5,21$ ;  $p < 0,001$ ) дій, переважно за рахунок збільшення середніх ( $t=4,03$ ;  $p < 0,001$ ) і довгих ( $t=0,97$ ;  $p > 0,05$ ) передач, у той же час зменшилася кількість коротких передач ( $p > 0,05$ ). Якісні показники виконання технічних прийомів юними футболістами експериментальної групи також позитивно змінилися.

Вірогідно покращилися показники у передачі м'яча ( $t=2,80$ ;  $p < 0,01$ ), прийомі м'яча ( $t=4,53$ ;  $p < 0,001$ ), веденні м'яча ( $t=2,56$ ;  $p < 0,05$ ), обведенні ( $t=2,56$ ;  $p < 0,05$ ), відборі м'яча ( $t=3,73$ ;  $p < 0,01$ ) і грі головою ( $t=3,07$ ;  $p < 0,01$ ).

Порівняльний аналіз якісних показників техніко-тактичних дій груп, що досліджувалися, свідчить про більш значні зміни у юних футболістів експериментальної групи (табл.8).

Так, достовірно ( $p < 0,05$ ) кращі показники якості технічних прийомів за час проведення досліджень отримано у юних футболістів експериментальної групи порівняно з контрольною в передачах м'яча ( $t=2,22$ ;  $p < 0,05$ ), перш за все за рахунок передач на середню відстань

( $t=3,23$ ;  $p < 0,01$ ), прийомі м'яча ( $t=2,59$ ;  $p < 0,05$ ), обводці ( $t=2,09$ ;  $p < 0,05$ ) та грі головою ( $t=2,23$ ;  $p < 0,05$ ) (рис. 2).

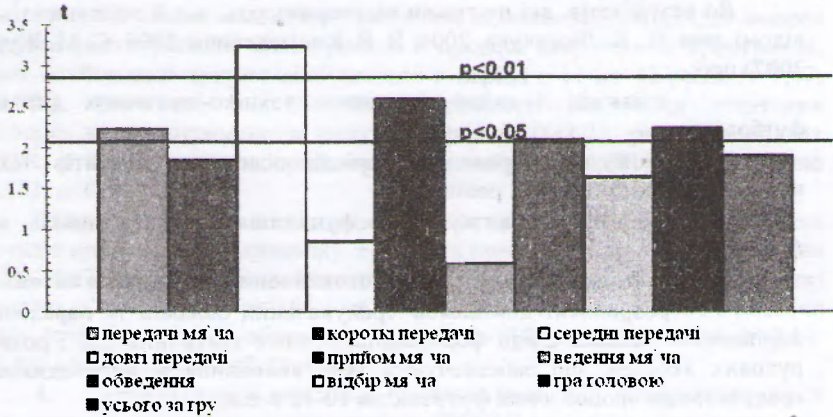


Рис. 2. Числові значення t-критерію і рівні достовірності показників якості виконання техніко-тактичних дій у футболістів 12 років контрольної та експериментальної групи у процесі гри ( $n_1=n_2=20$ ).

У результаті застосування розробленої нами методики, що передбачає комплексний розвиток рухових якостей і освоєння елементів техніки футболу, підвищилися показники функціональної підготовленості юних футболістів експериментальної групи. Вірогідно покращилися дані серцево-судинної (АТ сист., АНАМЕ й АМЕ –  $p < 0,05-0,01$ ) і дихальної (МСК, ЖЕЛ, частота дихання, затримка дихання –  $p < 0,05-0,01$ ) систем, що свідчить про ефективність використовуваної нами експериментальної методики.

Таким чином, результати проведеного експерименту свідчать про те, що тренувальний процес в експериментальній групі, який передбачає використання комплексів тренувальних завдань для паралельного формування техніко-тактичних дій і розвитку рухових якостей, які забезпечують їх виконання, є більш ефективним для юних футболістів 8-12 років.

У п'ятому розділі «Аналіз і узагальнення результатів досліджень» узагальнено основні результати проведених експериментів відповідно до мети і завдань досліджень.

Нами отримані данні, які можна умовно розділити на три основні групи: результати, які підтверджують данні інших авторів; результати, які не тільки підтверджують, але й доповнюють вже наявні відомості; нові результати для спортивної підготовки юних футболістів.

До групи результатів, що підтверджують дані (В. М. Шамардіна, 1981; Г. В. Манакова, 2005; В. В. Шаленко, 2005; С. М. Журида, 2007) про

нерівномірність розвитку рухових якостей у юних футболістів і найбільш сприятливі періоди їхнього розвитку.

До результатів, які не тільки підтверджують, але й доповнюють уже відомі дані (Г. К. Лісенчука, 2004; В. В. Костюкевича, 2006; С. М. Журида, 2007) про:

- кількісні і якісні показники техніко-тактичних дій юних футболістів;
- найбільш сприятливі періоди освоєння елементів техніки юними футболістами 8-12 років;
- динаміку розвитку морфофункціональних показників юних футболістів.

До групи нових результатів підготовки юних футболістів належать:

- розроблені комплекси тренувальних завдань із паралельним вирішенням завдань щодо формування техніко-тактичних дій і розвитку рухових якостей, що забезпечують їхнє виконання й впровадження в тренувальний процес юних футболістів 10-12 років;
- встановлено кореляційний взаємозв'язок між рівнем розвитку рухових якостей і показниками техніко-тактичних дій юних футболістів 8-12 років;
- виявлено залежність результатів педагогічного тестування виконання елементів техніки футболу від показників психологічних факторів (власливості уваги, точність зосередження, час мислення, складна зорово-моторна реакція, упевненість у ситуаціях спортивної діяльності);
- визначені найбільш значущі психологічні фактори, що забезпечують ефективність змагальної діяльності юних футболістів 10-12 років.

## ВИСНОВКИ

1. Аналіз літературних джерел і узагальнення практичного досвіду тренувань юних футболістів дозволили виявити, що наявні науково-методичні розробки з проблем підготовки юних футболістів в основному стосуються фізичної підготовки, техніко-тактичних дій і їхньому навчанню, але слід зазначити відсутність даних комплексного розвитку рухових якостей і навчання основним елементам техніки футболу, що обумовлює необхідність обраної теми дослідження.

2. Показники прояву рухових якостей у юних футболістів під впливом тренувального процесу за програмою ДЮСШ неоднакові протягом 8-12 років. Так, з 8 до 10 років вірогідно покращується швидкість (біг на 30 м –  $t=2,22$ ;  $p<0,05$ ); спритність (човниковий біг  $3\times 10$  м –  $t=2,84$ ;  $p<0,01$ ); силові (станова динамометрія –  $t=3,75$ ;  $p<0,01$ ) та швидкісно-силові (стрибки в довжину –  $t=6,43$ ;  $p<0,001$  і вгору –  $t=2,77$ ;  $p<0,05$  з місця) якості.

З 11 до 12 років підвищується якість витривалості (біг на 300 м  $t=2,77$ ;  $p<0,05$ ).



Отримані результати доцільно використовувати при побудові тренувальних занять з переважним розвитком зазначених рухових якостей.

3. Кількісні показники виконання техніко-тактичних дій юними футболістами вірогідно збільшуються в процесі спортивного тренування, однак найбільший приріст відбувається в період з 11 до 12 років ( $t=7,47$ ;  $p<0,001$ ). Виявлено, що збільшення кількості виконання технічних прийомів за гру отримане за рахунок середніх ( $t=3,21$ ;  $p<0,01$ ) і довгих ( $t=6,71$ ;  $p<0,001$ ) передач, прийомів м'яча ( $t=4,14$ ;  $p<0,001$ ) і гри головою ( $t=2,82$ ;  $p<0,01$ ).

Якість виконання технічних прийомів протягом 4 років досліджень так само має позитивну динаміку. Кількість помилок за гру скоротилося на 15,8% ( $t=2,13$ ;  $p<0,05$ ), найбільш якісно стали виконуватися короткі передачі м'яча ( $t=2,38$ ;  $p<0,05$ ); прийом м'яча ( $t=2,66$ ;  $p<0,05$ ) і ведення м'яча ( $t=3,06$ ;  $p<0,01$ ), обведення ( $t=2,34$ ;  $p<0,05$ ), відбір м'яча ( $t=2,14$ ;  $p<0,05$ ) і гра головою ( $t=2,21$ ;  $p<0,05$ ).

4. Тренувальні й змагальні навантаження, що використовуються в спортивній підготовці за програмою ДЮСШ позитивно впливають на формування функціональних систем юних футболістів.

У процесі чотирирічного тренувального процесу показники, що відображають роботу серцево-судинної й дихальної систем мають динаміку, адаптовану до виконання фізичних навантажень. Більш значні зміни серцево-судинної системи відбулися в показниках ЧСС (з 9 до 10 років –  $t=4,35$ ;  $p<0,001$ ) і АНАМЕ (з 10 до 11 років –  $t=2,09$ ;  $p<0,05$ ).

Показники, що визначають функціонування дихальної системи, в основному зазнали змін в МСК (з 9 до 10 років –  $t=3,04$ ;  $p<0,01$ ), ЖЕЛ (з 11 до 12 років –  $t=1,72$ ;  $p>0,05$ ), частота дихання (з 10 до 11 років –  $t=2,50$ ;  $p<0,05$ ).

5. Засвоєння елементів техніки у футболістів відбувається нерівномірно й пов'язане з різним рівнем розвитку рухових якостей.

Встановлено середню кореляційну взаємозалежність ударів м'яча на дальність із бігом на 30 м в 9 ( $r=-0,54$ ), 10 ( $r=-0,50$ ) і 11 ( $r=-0,51$ ) років, а також зі стрибком у довжину з місця в 10 ( $r=-0,49$ ), 11 ( $r=-0,62$ ) і 12 ( $r=-0,56$ ) років.

Дані тестування спритності й прояву її в елементах техніки володіння м'ячем корелюють: в жонглюванні м'яча із човниковим бігом  $3\times 10$  м в 10 ( $r=-0,61$ ) і в 11 ( $r=-0,65$ ) років; в веденні м'яча з бігом на 30 м в 11 років ( $r=-0,54$ ) і човниковим бігом  $3\times 10$  м в 9 років ( $r=-0,57$ ); в обведеннях і човниковому бігу  $3\times 10$  м в 9 ( $r=-0,61$ ) і 10 ( $r=-0,56$ ) років.

Відбір м'яча корелює з становою силою в 9 років ( $r=-0,53$ ) і бігом на 300 м в 10 ( $r=-0,49$ ), 11 ( $r=-0,61$ ) і 12 ( $r=-0,58$ ) років.

Загальна рухова активність юних футболістів за гру корелює з бігом на 300 м в 9 ( $r=-0,59$ ), 10 ( $r=-0,55$ ), 11 ( $r=-0,76$ ) і 12 ( $r=-0,78$ ) років.

6. При побудові тренувального процесу юних футболістів на етапі початкової підготовки доцільно використовувати випереджальний ефект, що передбачає на початку (8-9 років) створення передумов для

певного рівня розвитку рухових якостей і освоєння найпростіших елементів техніки виконання загально підготовчих і спеціальних вправ, а потім на їхній основі здійснювати поєднання і освоєння основних елементів техніки футболу і розвиток фізичних якостей, що вимагають їх прояву.

У віці 10 років доцільно поєднати виконання середніх і довгих передач із розвитком силових якостей і витривалості, ведення м'яча й обведення зі спритністю, відбір м'яча із силою й спритністю, гру головою зі швидкісною силою.

У 11 років ефективно використовувати вправи для засвоєння довгих передач у сполученні з розвитком витривалості; ведення м'яча й обведення зі спритністю; відбір м'яча зі спритністю й швидкістю; гру головою зі швидкістю й швидкісно-силовими якостями.

У 12 років виконання передач необхідно виконувати у поєднанні з розвитком витривалості; ведення, відбір і обведення удосконалюється в комплексі з розвитком швидкісних якостей і спритності; гра головою із застосуванням вправ швидкісного характеру, у тому числі й стрибкових.

7. Впровадження розробленої нами експериментальної методики побудови тренувального процесу юних футболістів, заснованої на паралельному освоєнні елементів техніки й розвитку рухових якостей, що забезпечують ефективне виконання, дозволило підвищити їхній рівень.

Так, за період досліджень (з 10 до 12 років) підвищилися результати експериментальної групи в бігу на 30 ( $t=2,60$ ;  $p<0,05$ ) і 300 ( $t=7,35$ ;  $p<0,001$ ) метрів, станової динамометрії ( $t=4,15$ ;  $p<0,001$ ), човниковому бігу  $3 \times 10$  м ( $t=6,62$ ;  $p<0,001$ ), стрибку в довжину ( $t=4,00$ ;  $p<0,001$ ) і висоту ( $t=3,14$ ;  $p<0,001$ ) з місця.

Слід зазначити, що також покращилися кількісні і якісні показники ігрової діяльності. Кількість техніко-тактичних дій збільшилося з 362,4 до 418,2 ( $t=9,17$ ;  $p<0,001$ ) переважно за рахунок збільшення середніх передач ( $t=4,03$ ;  $p<0,001$ ), що свідчать про зростання інтенсивності ігрової діяльності.

Якісні показники виконання техніко-тактичних дій вірогідно покращилися в передачах ( $t=4,53$ ;  $p<0,001$ ), веденні ( $t=2,56$ ;  $p<0,05$ ) і відборі ( $t=3,73$ ;  $p<0,01$ ) м'яча, а також обведенні ( $t=2,56$ ;  $p<0,05$ ) і гри головою ( $t=3,07$ ;  $p<0,01$ ).

Кількісні і якісні показники ігрової діяльності юних футболістів контрольної групи, яка здійснювала тренувальний процес за загальноприйнятою методикою в ДЮСШ, також мають позитивну динаміку в досліджуваних тестах, однак їхній рівень змін значно нижче ( $t=2,00 - 2,33$ ).

8. У результаті застосування розробленої нами методики, що передбачає комплексний розвиток рухових якостей і освоєння елементів техніки футболу, підвищилися показники функціональної підготовленості юних футболістів експериментальної групи.

За час досліджень вірогідно покращилися дані ЧСС ( $t=2,14$ ;  $p<0,05$ ), МСК ( $t=3,21$ ;  $p<0,01$ ), АТ сист. ( $t=2,41$ ;  $p<0,05$ ), ЖЕЛ ( $t=2,46$ ;  $p<0,05$ ), частоти подиху ( $t=3,83$ ;  $p<0,001$ ), затримки дихання на видиху ( $t=2,48$ ;  $p<0,05$ ), АНАМЕ ( $t=2,89$ ;  $p<0,01$ ), АМЕ ( $t=3,43$ ;  $p<0,01$ ), що свідчить про ефективність використовуваної нами експериментальної методики.

9. Найбільш високий і стійкий тренувальний ефект у підготовці юних футболістів віком 8-9 років дає розвиток рухових якостей і навчання елементам техніки футболу, а в 10-12 років їх поєднання з урахуванням чутливих періодів та головних завдань етапу підготовки.

Якщо спрямованість тренувального процесу не збігається в часі зі спрямованістю, хоча б одного з показників, характер реакції пристосування є більше слабким і не дуже стійким.

Подальші дослідження вимагають розробки методик диференційного навчання техніці футболу й розвитку рухових якостей з урахуванням індивідуальних морфофункціональних особливостей юних футболістів.

## СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

### Брошури

1. Марченко В.А., Журід С.М., Коваль С.С. Теорія і методика футболу. для студентів першого курсу (за кредитно-модульною системою): навчальний посібник для студентів інститутів фізичної культури / Марченко В.А., Журід С.М., Коваль С.С. – Харків : ХДАФК, 2008. – 248 с.

*Автором розроблені окремі підрозділи посібника стосовно проведення комплексних занять.*

2. Коваль С.С. Футбол (загальний курс): навчальний посібник для студентів інститутів фізичної культури / С.С. Коваль. – Харків : ХДАФК, 2009. – 109 с.

### Статті у наукових фахових виданнях

1. Коваль С.С. Обоснование возрастных критериев индивидуальной технической подготовленности / С.С. Коваль // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наук. пр. / за ред. С.С. Єрмакова. – Харків : ХДАДМ (ХХП), 2003. – №7. – С.42-47.

2. Коваль С.С. Індивідуальна підготовка юних футболістів / С.С. Коваль // Молода спортивна наука України: Зб. наук. праць з галузі фізичної культури і спорту: У 4-х т. – Львів : НВФ «Українські технології», 2003. – №6. – С.88-91.

3. Коваль С.С. Вікові критерії рівня техніко-тактичної підготовки юних футболістів / С.С. Коваль // Молода спортивна наука України: Зб. наук. праць з галузі фізичної культури і спорту: У 4-х т. – Львів : НВФ «Українські технології», 2004. – №8. – С.166-170.

4. Коваль С.С. Техніко-тактична підготовка юних футболістів на основі визначення рівня індивідуальної підготовленості / С.С. Коваль // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків, 2004. – №7. – С.138-140.



5. Коваль С.С. Дослідження індивідуальної технічної підготовки юних футболістів 13-14 років./ Коваль С.С. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наук. пр. / за ред. С.С. Єрмакова. – Харків : ХДАДМ (ХХП), 2007р. – №10. – С.54-58.

6. Коваль С.С. Исследование взаимосвязи скоростных качеств и технико-тактических действий юных футболистов 8-12 лет / С.С. Коваль // Слобожанський науково-спортивний вісник: Зб. наук. ст. – Харків : ХДАФК, 2010. – № 1. – С. 99-102.

7. Коваль С.С. Исследование взаимосвязи физических качеств и технико-тактических действий юных футболистов 8-12 лет / С.С. Коваль // Слобожанський науково-спортивний вісник: Зб. наук. ст. – Харків : ХДАФК, 2009. – №2 – С. 39-43.

8. Коваль С.С. Исследование взаимосвязи показателей выносливости и технико-тактических действий юных футболистов 8-12 лет./ С.С. Коваль // Слобожанський науково-спортивний вісник: Зб. наук. ст. – Харків: ХДАФК, 2009. – № 3. – С. 88-93.

9. Коваль С.С. Возрастные особенности проявления психологических факторов, обеспечивающих эффективность технико-тактических действий юных футболистов 8-12 лет / С.С. Коваль // Слобожанський науково-спортивний вісник: Зб. наук. ст. – Харків : ХДАФК, 2010. – № 1 – С. 69-74.

10. Коваль С.С. Влияние тренировочных и соревновательных нагрузок на морфофункциональные показатели юных футболистов 8-12 лет / С.С. Коваль // Слобожанський науково-спортивний вісник: Зб. наук. ст. – Харків : ХДАФК, 2010. – № 2 – С. 48-51.

## АНОТАЦІЇ

**Коваль Святослав Святославович. Комплексне формування рухових якостей і освоєння техніко-тактичних дій юних футболістів 8-12 років. – Рукопис.**

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.01. – Олімпійський і професійний спорт. – Харківська державна академія фізичної культури, Харків, 2010.

У дисертаційній роботі визначено рівень розвитку рухових якостей, техніко-тактичної і функціональної підготовленості юних футболістів 8-12 років під впливом тренувального процесу за програмою ДЮСШ. Виявлено кореляційну залежність між окремими показниками фізичних якостей, кількісними і якісними показниками техніко-тактичних дій та психологічними якістьми юних футболістів 8-12 років.

На підставі отриманих даних про рівень розвитку різних сторін підготовленості юних футболістів 8-12 років розроблено тренувальні

завдання, що передбачають комплексне формування техніко-тактичних дій і розвиток рухових якостей, що забезпечують їхнє виконання.

Експериментально встановлено ефективність розроблених комплексів тренувальних завдань, які дають змогу підвищити рівень фізичних якостей і опанувати елементи техніки футболу юними футболістами протягом 8-12 років.

**Ключові слова:** юні футболісти, рухові якості, техніко-тактичні дії, психологічні якості.

**Коваль Святослав Святославович. Комплексное формирование двигательных качеств и освоение технико-тактических действий юных футболистов 8-12 лет. – Рукопись.**

Диссертация на соискание ученой степени кандидата наук по физическому воспитанию и спорту по специальности 24.00.01. – Олимпийский и профессиональный спорт. – Харьковская государственная академия физической культуры, Харьков, 2010.

Диссертационная работа посвящена актуальной проблеме – подготовке юных футболистов на этапе начальной тренировки.

Во *введении* обоснована актуальность исследуемой темы, определены цель, задачи, объект, предмет, методы исследований, раскрыта научная новизна и практическое значение полученных результатов, личный вклад соискателя, отражена апробация результатов исследования, приведены структура и объем диссертации.

В *первом разделе «Факторы, обуславливающие технико-тактическую и физическую подготовленность»* рассмотрены принципы и направления, которые способствуют формированию уровня соревновательной подготовленности. Рассмотрены возрастные периоды наиболее благоприятные для развития физических качеств юных спортсменов; представлено характеристику элементов техники игры в соревновательной деятельности юных футболистов; проведено анализ методик построения учебно-тренировочных занятий юных футболистов.

Во *втором разделе «Методы и организация исследований»* представлено содержание используемых методов: анализ и обобщение данных специальных литературных источников, изучение и обобщение опыта практической работы, педагогические наблюдения и педагогический эксперимент, инструментальные методы определения функциональных возможностей спортсмена и технических средств регистрации количественных и качественных показателей технико-тактических действий футболистов, методы математической статистики, а так же организация исследований.

В *третьем разделе «Динамика развития двигательных качеств и технико-тактической подготовленности юных футболистов 8-12 лет»* выявлен различный уровень их проявления на протяжении представленного возраста.

Выявлено, что в 9 лет наибольший прирост двигательных качеств происходит в показателях: прыжка в длину с места ( $p < 0,001$ ); в 10 лет – прыжка в длину с места ( $p < 0,01$ ) и становой силы ( $p < 0,05$ ); в 11 лет – достоверных изменений не выявлено ( $p > 0,05$ ); в 12 лет – в беге на 300 м и становой силе ( $p < 0,05$ ).

Количественные и качественные показатели элементов техники футбола за первый год тренировок не имели достоверных изменений ( $p > 0,05$ ), в тоже время в последующие годы их количественные и качественные показатели улучшаются.

В 10, 11 и 12 лет достоверно увеличилось количество передач за игру ( $p < 0,05$ ).

Качество выполнения элементов техники улучшилось за весь период исследований в выполнении коротких передач, ведения мяча, обводках и отборе мяча ( $p < 0,05$ ).

Проведенный корреляционный анализ показателей технико-тактических действий и тестов, отражающих уровень физической подготовленности юных футболистов, выявил тесную взаимосвязь между: ведением мяча и ловкостью (в 9 и 10 лет); игрой головой и прыжками вверх и в длину с места (в 9, 10, 11 и 12 лет); ловкостью с обводкой и ведением мяча (в 10 и 12 лет); отбор мяча со становой силой (в 10 лет), бегом на 30 м (в 10, 11 и 12 лет), а также с челночным бегом  $3 \times 10$  м (в 11 и 12 лет).

В четвертом разделе «Комплексное формирование технико-тактических действий и двигательных качеств юных футболистов 8-12 лет» обосновано методику тренировочных занятий, направленных на раздельное развитие двигательных качеств и освоение элементов техники в 8-9 лет и тренировочные программы, представляющие комплексное решение этих задач (в 10-12 лет), разработанные на основании результатов, представленных в разделе 3. В результате проведенного трехлетнего педагогического эксперимента установлена эффективность разработанных комплексов заданий, применение которых позволило получить более высокие показатели, чем в контрольной группе.

В пятом разделе «Анализ и обобщение результатов исследований» приведены три группы данных: подтверждающие данные других авторов, не только подтверждающие, но и дополняющие уже имеющиеся сведения, а также группа новых результатов для подготовки юных футболистов.

**Ключевые слова:** юные футболисты, двигательные качества, технико-тактические действия, психологические качества.

**Koval Svyatoslav Svyatoslav. Complex forming of motive qualities and mastering technical-tactical actions of young footballers 8-12 years.**

– Manuscript.

Dissertation on the receipt of scientific degree of candidate of sciences on physical education and sport in specialty 24.00.01. – Olympic and professional sport. – Kharkiv State Academy of Physical Culture, Kharkiv, 2010.

Dissertation deals with level of development of motor skills, technical-tactical and functional preparedness of young footballers 8-12 years under act of training process on the program DYUSSH. Found out cross-correlation dependence between the separate indexes of physical qualities by quantitative and high-quality indexes of technical-tactical actions and psychological qualities of young footballers of 8-12 years.

On the basis of findings about the level of development of different degrees of preparedness of young footballers of 8-12 years trainings tasks, which foresee the complex forming technical-tactical actions and development of motor skills which provide their implementation, are developed.

Efficiency of the developed complexes of trainings tasks, which enable to promote the level of physical qualities and gain the elements of technique of football by young footballers during 8-12 years, is experimentally proved.

**Keywords:** young footballers, motor skills, technical-tactical actions, psychological qualities.