

15.78

27

**ДНІПРОПЕТРОВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ІНСТИТУТ
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ**

ПЕРЕПЕЛИЦЯ ПАВЛО ЄВГЕНОВИЧ

УДК 796.015

**ПОБУДОВА ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ СТУДЕНТСЬКИХ
ФУТБОЛЬНИХ КОМАНД З УРАХУВАННЯМ РІЗНОГО РІВНЯ
ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ГРАВЦІВ**

24.00.01. – Олімпійський і професійний спорт

АВТОРЕФЕРАТ

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

Дніпропетровськ – 2009

Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано в Донецькому державному інституті здоров'я, фізичного виховання і спорту при Національному університеті фізичного виховання і спорту України, Міністерство 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,
проректор з навчально-методичної роботи, 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
Костюкевич Віктор Митрофанович,
Вінницький державний педагогічний університет, ім.
М. Коцюбинського, завідувач кафедри спортивних ігор.

Захист відбудеться «1» грудня 2009 р. о 13 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради К 08.881.01 Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту за адресою: 49094, м. Дніпропетровськ, Набережна Перемоги, 10.

З дисертацією можна ознайомитись у бібліотеці Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту (49094, м. Дніпропетровськ, Набережна Перемоги, 10).

Автореферат розіслано «28» жовтня 2009 року.

Учений секретар

спеціалізованої вченої ради



Н.В. Москаленко

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність теми. За останні роки зростає популярність занять футболом студентської молоді, проводяться змагання в навчальних закладах, першості ВНЗ міст та України. Створено Студентську футбольну лігу, яка є проміжним ступенем між дитячо-юнацьким і професійним футболом та покликана окрім зміцнення здоров'я молоді, здійснювати підготовку резерву для професійних футбольних клубів України. У той же час студентські команди формуються з тих гравців, які пройшли підготовку в училищах фізичної культури, ДЮСШ і шкільних секціях, що визначає різний рівень їх фізичної, функціональної і техніко-тактичної підготовленості й ускладнює спільні командні дії. Тому вдосконалення фізичних якостей, технічних і тактичних дій у футболі зумовлює пошук нових методичних підходів у побудові тренувального процесу.

На матеріалі футболу проведена значна кількість наукових досліджень, присвячених теоретико-методичним основам управління підготовки футболістів (Г.А. Лисенчук, 2004, В.М. Костюкевич, 2006), оптимізації функціональної (О.І. Шамардін, 2000), фізичної (В.М. Шамардін, 1981, С.Н. Задіран, 1992; Т.Т. Іманалієв, 1993) і техніко-тактичної (Г.А. Голденко, 1984; М.М. Шестаков, 1984; А.В. Петухов, 1990; І.А. Клесов, 1991; С.М. Журід, 2007) підготовленості футболістів, моделюванню техніко-тактичних дій у процесі підготовки футбольних команд (Н.М. Люкшинов, 1991; А.В. Дулібський, 2001), індивідуалізації підготовки футболістів (А.І. Бузнік, 2002), особливостям побудови тренувального процесу футболістів різного віку і спортивної кваліфікації (В.І. Перевозник, 2004), формуванню рухових якостей і технічної підготовленості школярів та студентів (В.В. Шаленко, 2005; В.П. Романюк, 2007; П.М. Оксьом, 2008).

Аналіз науково-методичної літератури свідчить, що досліджень щодо особливостей удосконалення командних техніко-тактичних дій гравців аматорських команд з футболу, зокрема збірних команд вищих навчальних закладів, немає.

З урахуванням цього науково-методичне обґрунтування, практична розробка й реалізація системи побудови тренувального процесу студентських футбольних команд різного рівня підготовленості гравців є актуальним науковим дослідженням.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами і темами.

Дисертаційна робота виконана відповідно до Зведеного плану НДР у сфері фізичної культури і спорту Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту на 2006-2010 рр. за темою 2.1.10.3 п «Оптимізація учбово-тренувального процесу футболістів різної кваліфікації» (номер державної реєстрації 0106U011992). Роль автора полягала в дослідженні рівня фізичної,

нічної та функціональної підготовленості футболістів-першокурсників і робіт й упровадженні методик побудови тренувального процесу гравців з урахуванням різного рівня їх підготовленості.

Мета роботи: розробити науково-методичні основи побудови тренувального процесу футболістів студентських команд з урахуванням різного рівня підготовленості гравців, що вступають до ВНЗ.

Завдання роботи:

1. Здійснити аналіз сучасного стану системи побудови тренувального процесу футбольних студентських команд, визначити проблеми й методологію вирішення.

2. Визначити функціональний стан організму і рівень фізичної та техніко-тактичної підготовленості, а також креативних здібностей особистості футболістів-першокурсників з урахуванням довузівської спортивної підготовки.

3. Розробити методику побудови тренувального процесу футболістів студентських команд з урахуванням різного рівня їх довузівської спортивної підготовленості.

4. Експериментально перевірити ефективність розроблених програм тренувального процесу, що передбачають удосконалення командних техніко-тактичних дій і упровадити їх в практику підготовки студентських команд.

Об'єкт досліджень – тренувальний процес футболістів студентських команд.

Предмет досліджень – програми побудови тренувального процесу футболістів-студентів із різним рівнем підготовленості.

Методи дослідження: аналіз і узагальнення даних спеціальних наукових джерел; вивчення та узагальнення досвіду практичної роботи з використанням бесід, порівняння, аналогії, педагогічних спостережень; педагогічний експеримент з використанням тестування рухових якостей, інструментальних методів визначення функціональних можливостей спортсмена і технічних показників реєстрації кількісних та якісних показників техніко-тактичних дій футболістів; методи математичної статистики.

Наукова новизна отриманих результатів:

- уперше визначений оптимальний зміст тренувальних занять для футболістів студентських команд з різним рівнем підготовленості;

- уперше виявлений рівень розвитку фізичних якостей, функціонального стану організму і техніко-тактичних дій студентів-першокурсників, що пройшли підготовку в командах різних структур (училище фізичної культури, ДЮСШ, спортивна секція);

- уперше розроблені і запатентовані технічні пристрої для удосконалення елементів техніки футболістів, які упроваджені у тренувальний процес студентських футбольних команд;

- доповнені дані щодо кореляційної залежності між окремими показниками функціонального стану організму, рівнем розвитку фізичних якостей, кількісними і якісними показниками техніко-тактичних дій футболістів-першокурсників різного рівня підготовленості;

- доповнені відомості про рівень розвитку креативних здібностей особистості у футболістів-першокурсників з різним рівнем підготовленості (училище фізичної культури, ДЮСШ, шкільна секція) та ігрового амплуа;

- уточнено зміст тренувальних занять, що передбачає комплексний розвиток рухових якостей і технічної підготовленості у футболістів студентських команд.

Практичне застосування отриманих результатів полягає в можливості широкого використання теоретичних положень дисертації, що стосуються побудови тренувального процесу студентських футбольних команд.

Фактичний матеріал, висновки і практичні рекомендації, отримані в результаті досліджень, можуть використовуватися при роботі зі збірними студентськими командами з футболу, а також при читанні лекцій з теорії спорту і футболу у ВНЗ спортивного профілю.

Висновки і практичні рекомендації впроваджені в тренувальний процес збірних команд ВНЗ, а також у навчальний процес Донецького державного інституту здоров'я, фізичного виховання і спорту при Національному університеті фізичного виховання і спорту України, про що свідчать акти впровадження, патенти й авторські свідоцтва.

Особистий внесок здобувача полягає в постановці проблеми, визначенні мети і завдань досліджень, а також методичних підходів для їх вирішення. Автор безпосередньо брав участь у тренувальному процесі (як тренер) і проведенні досліджень, що дало можливість у повній мірі вивчити проблему підготовки збірної команди з футболу у ВНЗ.

У наявних спільних публікаціях дисертанту належить пріоритет в організації, проведенні й аналізі результатів досліджень.

Апробація результатів досліджень дисертації здійснювалася в процесі практичної підготовки збірної команди з футболу Донецького національного технічного університету, що бере участь у республіканській і обласній першості серед студентських команд. Матеріали досліджень викладені на VII Міжнародній науковій конференції «Фізична культура, спорт і здоров'я» (Харків, 2006); IV Міжнародній науково-практичній конференції «Спорт, духовність і гуманізм у сучасному світі» (Донецьк, 2006); Науково-практичній конференції «Актуальні проблеми фізичного виховання і спорту на сучасному етапі» (Чернігів, 2006); I Всеукраїнській науково-практичній конференції «Актуальні питання вищої професійної освіти» (Донецьк, 2007); II Міжнародній науковій конференції «Проблеми й перспективи розвитку спортивних ігор і єдиноборств у вищих

навчальних закладах» (Харків, 2007); III Міжнародній електронній науковій конференції «Фізичне виховання і спорт у вищих навчальних закладах» (Харків, 2007); V Міжнародній науково-практичній конференції «Спорт, духовність і гуманізм у сучасному світі» (Донецьк, 2007).

Публікації. Здобувачем опубліковано 22 наукові роботи за темою дисертації, з яких 1 брошура, 16 статей у виданнях, затверджених ВАК України, 3 авторських свідоцтва і 2 патенти на корисну модель, які є одноосібними.

Структура та обсяг дисертаційної роботи. Робота складається зі вступу, п'яти розділів, висновків, практичних рекомендацій, додатків, списку використаних джерел й актів упровадження. Викладена на 210 сторінках, ілюстрована 87 таблицями та 15 рисунками. У роботі використано 236 джерел, серед яких 40 іноземних авторів.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У *вступі* обґрунтовано актуальність досліджуваної теми, визначено мету, завдання, об'єкт, предмет, методи дослідження, розкрито наукову новизну і практичне значення одержаних результатів, особистий внесок здобувача, відображено апробацію та впровадження в практику результатів дослідження.

У першому розділі «*Сучасний стан системи спортивної підготовки футболістів*» розглянуто стан і перспективи розвитку студентського футболу. Проаналізовано процес технічної і тактичної підготовки футболістів та їх взаємозалежність під час гри. Представлено найбільш важливі рухові якості для гри у футбол та існуючі методики їх розвитку. Визначено, що в командних ігрових видах спорту, в тому числі і у футболі, ще не знайшло певної уваги науково-методичне обґрунтування тренувань студентів-спортсменів, які до вступу у вищий навчальний заклад пройшли підготовку в різних командах (футбольні інтернати, ДЮСШ, шкільні секції).

У другому розділі «*Методи й організація дослідження*» представлено зміст методів досліджень, розкрито сутність їх використання та представлено організацію дослідження.

Серед педагогічних методів досліджень використовувалися: усне й анкетне опитування тренерів і студентів-футболістів, цифрова відеозйомка, педагогічні спостереження за ігровою діяльністю футболістів студентських команд, спеціальні педагогічні випробування, педагогічний експеримент.

Дослідження функціонального стану організму студентів-футболістів передбачало комплексний підхід із визначенням реакції функціональних систем організму на фізичні навантаження з використанням електрокардіографії за методикою С.А. Душаніна (1986), обчислювались анаеробна й аеробна метаболічна ємність, вимірювання частоти серцевих скорочень та систолічного й діастолічного артеріального тиску.

Психофізіологічні дослідження передбачали визначення креативних здібностей особистості футболістів за показниками: «творче мислення», «допитливість», «оригінальність», «уявлення», «інтуїція», «емоційність», «творчий підхід до роботи».

Обробка отриманих результатів здійснювалася за допомогою методів математичної статистики.

На всіх етапах експерименту залучалися студенти-футболісти Донецького національного технічного університету (ДонНТУ).

Методологія досліджень передбачала поетапність проведення педагогічного експерименту. Дослідження проводилися в чотири етапи зі студентами-футболістами 1 і 2 курсів.

На першому етапі (2000-2002 рр.) проаналізовані й узагальнені дані науково-методичних джерел, які стосуються проблеми побудови тренувального процесу футболістів з розвитку рухових якостей і техніко-тактичних дій, та підвищення рівня функціональних можливостей. Вивчався практичний досвід тренерів, що працюють з юними футболістами різних за рівнем підготовленості команд.

На другому етапі (2003-2004 рр.) здійснювалося тестування студентів 1 курсу, кандидатів до збірної команди ДонНТУ з футболу, в результаті якого визначався рівень розвитку рухових якостей, функціональної підготовленості і техніко-тактичних дій, а також креативних здібностей особистості футболістів-першокурсників. У дослідженні брали участь 60 студентів-вихованців училищ фізичної культури, дитячих спортивних шкіл та шкільних секцій.

На третьому етапі (2005-2006 рр.) розроблялися методики щодо розвитку рухових якостей і підвищення функціональної підготовленості та якості техніко-тактичних дій студентів-футболістів, у яких під час початкового тестування був виявлений їх недостатній рівень. Проводилося впровадження в тренувальний процес розроблених комплексних завдань для корекції підготовленості гравців і вдосконалення командних техніко-тактичних ігрових дій.

На четвертому етапі (2007-2008 рр.) була проведена обробка, порівняльний аналіз і узагальнення отриманих результатів, які дозволили встановити ефективність застосування розроблених методик корекції різних сторін підготовленості студентів-футболістів з метою вдосконалення командних ігрових дій.

У третьому розділі роботи «*Дослідження основних сторін спортивної підготовленості студентів-футболістів, що вступили до вищого навчального закладу України*» проведено порівняльний аналіз спрямованості спортивної діяльності юних футболістів до вступу у ВНЗ (училища фізичної культури, ДЮСШ, шкільні секції) і виявлено суттєву різницю в антропометричних, функціональних, рухових і технічних показниках та показниках креативності між зазначеними групами футболістів.

Так, достовірно більшу масу тіла мають футболісти групи 3 (випускники пільних секцій) по відношенню до групи 1 (випускники училищ фізичної культури) ($t=2,13$; $p<0,05$) і групи 2 (випускники ДЮСШ) ($t=2,51$; $p<0,05$), в той час, як в показниках довжини тіла достовірної різниці між досліджуваними групами не визначено ($p>0,05$).

Показники функціонального стану серцево-судинної системи достовірно вищі у даних АМЕ (аеробна метаболічна ємність) у футболістів групи 1 по відношенню до групи 2 ($t=3,41$; $p<0,01$) і групи 3 ($t=5,09$; $p<0,001$) та АНАМЕ (анаеробна метаболічна ємність) відповідно ($t=3,75$; $p<0,01$ і $t=6,37$; $p<0,001$).

У дослідженнях встановлено, що рівень прояву рухових якостей футболістів-першокурсників різних груп спортивної довузівської підготовки не однаковий (рис. 1).

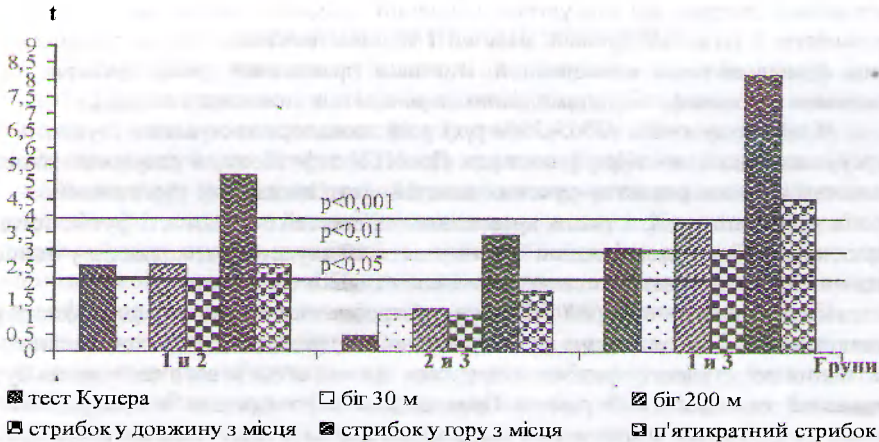


Рис. 1. Числові значення t-критерію й рівні достовірності (p) показників прояву фізичних якостей у футболістів груп 1, 2, 3 ($n_1=n_2=n_3=20$)

У футболістів-студентів груп 2 і 3 по відношенню до групи 1 достовірно нижчі результати у тесті Купера ($t=2,52$; $p<0,05$ і $t=3,04$; $p<0,001$), бігу на 30 ($t=2,17$; $p<0,05$ і $t=3,03$; $p<0,01$) і 200 ($t=2,57$; $p<0,05$ і $t=3,82$; $p<0,01$) метрів, стрибках у довжину ($t=2,11$; $p<0,05$ і $t=3,03$; $p<0,01$) і гору ($t=5,20$ і $t=8,16$; $p<0,001$) з місця, п'ятикратному стрибку ($t=2,56$; $p<0,05$; $t=4,48$; $p<0,001$).

Найбільший кореляційний зв'язок між проявом фізичних якостей і функціональним станом визначено у футболістів-студентів першого курсу групи 1. Так, виявлена кореляційна залежність між анаеробною метаболічною ємністю серцевого м'яза і бігом на 30 м ($r = -0,72$), стрибком у довжину

($r=0,56$), п'ятикратним стрибком ($r=0,68$), бігом на 200 м ($r=-0,65$). Аеробна метаболічна ємність корелює з результатами тесту Купера ($r=0,62$).

У футболістів-першокурсників групи 2 виявлена кореляційна залежність між показниками АНАМЕ і бігом на 30 ($r=-0,56$) і 200 ($r=-0,64$) метрів, а також стрибком у довжину ($r=0,57$) і гору ($r=0,56$) з місця, АМЕ і результатами тесту Купера ($r=0,64$). Окрім цього виявлена кореляційна залежність між масою тіла і стрибком у довжину з місця ($r=-0,58$), п'ятикратним стрибком ($r=0,67$), бігом на 200 м ($r=0,55$) і стрибком у гору з місця ($r=-0,59$).

Футболісти групи 3 мають кореляційний зв'язок між показниками АНАМЕ і бігом на 30 ($r=0,56$) і 200 ($r=-0,63$) метрів. АМЕ корелює з результатами теста Купера ($r=0,65$).

Проведені дослідження змагальної діяльності показують, що більшість кількісних і якісних характеристик техніко-тактичних дій футболістів-першокурсників групи 2 і 3 мають достовірні відмінності по відношенню до групи 1 (рис. 2).

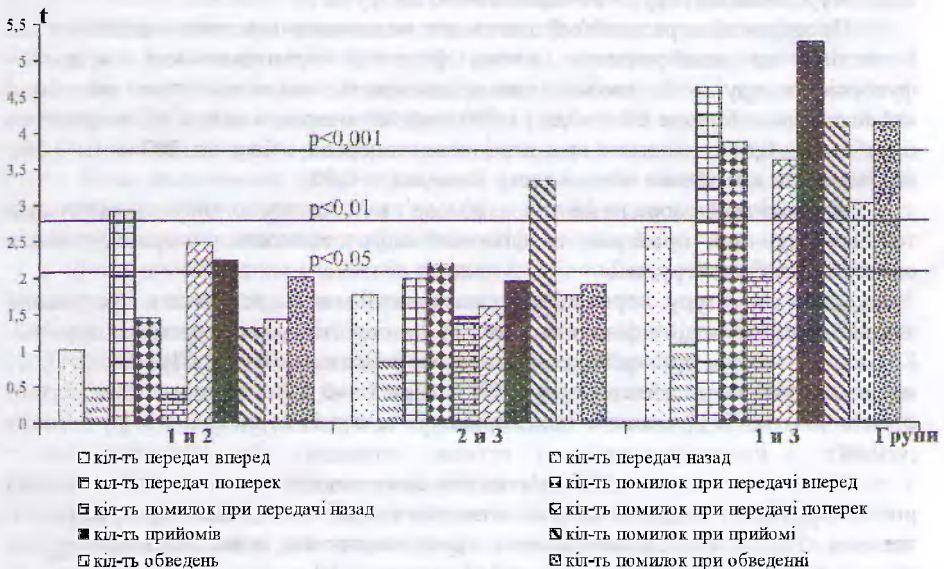


Рис. 2. Числові значення t-критерію й рівні достовірності (p) показників ігрової діяльності футболістів 1, 2 й 3 груп ($n_1=n_2=n_3=20$)

Так, у групі футболістів-першокурсників вихованців дитячих спортивних шкіл (група 2) достовірно вища кількість передач «уперек» ($p<0,05$), в той же

ас відмічена значна кількість помилок при передачах «вперед» ($p < 0,05$). У епті компонентів техніки достовірних відмінностей між зазначеними групами е виявлено ($p > 0,05$). Даній групі властива кореляційна залежність показників ізичних якостей, переважно швидкісно-силового характеру і тестів, що ідоображають функціональний стан серцево-судинної системи та виконання хніко-тактичних дій, що обумовлює їх кількісні і якісні параметри.

У футболістів-першокурсників групи 3 достовірно нижча по відношенню о футболістів групи 1 кількість передач м'яча «вперед» ($p < 0,05$) за рахунок ильшення передач «упоперек» ($p < 0,01$), а також низькі показники кількості бведень» і «прийомів» м'яча ($p < 0,05$). Разом з цим у даній групі високий азказник кількості помилок при передачах «вперед» і «упоперек», а також у рийомі» м'яча і якості «обведення» ($p < 0,01$). Результати тестів, що рактеризують прояв фізичних якостей, а також, що відображають ункціональний стан серцево-судинної системи, переважно корелюють з лькістю помилок при виконанні техніко-тактичних дій футболістів-ршокурсників цієї групи по відношенню до групи 1.

Проведений кореляційний аналіз між показниками техніко-тактичних дій тестів, що відображають рівень фізичної підготовленості студентів-тболістів групи 1 виявив взаємозалежність: помилок при виконанні бведення» і бігу на 30 ($r = 0,61$) і 200 ($r = 0,68$) метрів, а також п'ятикратного рибка ($r = -0,61$); помилок при передачах «вперед» і бігу на 200 м ($r = 0,56$), имилок при «прийомі» м'яча і тесту Купера ($r = -0,70$).

Аналогічний кореляційний взаємозв'язок виявлено між показниками хніко-тактичних прийомів та фізичної підготовленості у першокурсників спериментальної групи 2.

Іншу структуру кореляційної залежності мають результати тестування хніко-тактичних дій і фізичних якостей футболістів-першокурсників групи 3. лькістю помилок при «обведенні» корелює з бігом на 30 ($r = 0,68$) і 200 ($r = 0,60$) трів, стрибком в довжину ($r = -0,59$) і гору ($r = -0,64$) з місця, п'ятикратним зибком ($r = -0,57$), помилки при «прийомі» м'яча із стрибком у гору з місця 0,68).

Встановлені кореляційні зв'язки між показниками техніко-тактичних дій і нем фізичної підготовленості дозволили при плануванні тренувального одесу 2 і 3 експериментальних груп поєднувати одночасне вирішення идань стосовно фізичної і технічної підготовки.

Виявлено, що рівень креативних здібностей футболістів-першокурсників, у досліджуваних грун, так і у футболістів різного ігрового амплуа не акаовий.

Футболісти училищ фізичної культури з семи показників тільки в игінальності» не мають достовірних ($p > 0,05$) відмінностей від двох інших

груп. Футболісти різного ігрового амплуа проявляють неоднаковий рівень креативності, найбільш високі показники мають півзахисники в «творчому мисленні», «допитливості», «уяві» й «емоційності». Захисникам більш властиві «інтуїція» і «творче ставлення до роботи». У нападників в основному переважає «уява» у більш кваліфікованих гравців (випускників училищ фізичної культури).

Отримані дані свідчать, що рівень фізичної, функціональної та техніко-тактичної підготовленості і креативних здібностей у студентів-футболістів першокурсників не однаковий і залежить від довузівської спортивної підготовки. Тому виникає необхідність застосування диференційованих комплексних завдань для кожної групи футболістів з метою усунення різниці в рівнях підготовленості для подальшого ефективного виконання ігрових командних техніко-тактичних дій.

У четвертому розділі «*Планування тренувального процесу футболістів студентської команди*» розглянуто питання щодо побудови тренувальних занять, спрямованих на розвиток і підтримання рівня техніко-тактичної і фізичної підготовленості футболістів різної спортивної кваліфікації.

Дослідження проводилися з трьома групами студентів-футболістів: випускники училищ фізичної культури (група 1), учні дитячих спортивних шкіл (група 2) та шкільних секцій (група 3) протягом першого і другого курсів навчання у ВНЗ із застосуванням традиційної методики тренування. У той же час, з метою підвищення рівня розвитку фізичних якостей, для гравців другої групи було застосовано одне додаткове тренувальне заняття, а для третьої групи два заняття тривалістю по 50 хв. в тижневому мікроциклі з використанням спеціально розроблених комплексів вправ.

Для відпрацювання елементів техніки футболу нами також було виділено додатковий час (30 хв.) в кінці двох тренувальних занять у тижневому мікроциклі для гравців другої групи та трьох занять – для гравців третьої групи з використанням розроблених автором технічних пристроїв.

Протягом дворічного дослідження було усунено відставання футболістів другої і третьої груп від першої групи в рівні прояву фізичних якостей і техніко-тактичних дій. Додаткові заняття із загальнофізичної і техніко-тактичної підготовки дозволили випускниками дитячих спортивних шкіл і шкільних секцій підвищити більшість показників тестів, що були використані.

Так, випускникам дитячо-юнацьких спортивних шкіл упродовж першого і другого курсів навчання у ВНЗ вдалося достовірно підвищити рівень фізичної підготовленості в тестах: п'ятикратний стрибок ($p < 0,01$), бігу на 30 і 200 м ($p < 0,001$), стрибок у довжину ($p < 0,05$) і угору ($p < 0,001$) з місця (табл. 1).

Таблиця 1

Порівняльна характеристика показників рівня прояву фізичних якостей у футболістів другої і третьої груп у процесі експерименту (n=20)

Показники	Групи досліджуваних	Етапи досліджень			Оцінка імовірності	
		Початковий	Після першого року навчання	Після другого року навчання		
		$x_1 \pm n_1$	$\bar{x}_2 \pm n_2$	$\bar{x}_3 \pm n_3$	t	p
Тест Купера, м	Група 2	3029,0±25,40	3113,4±24,30	3155,3±25,80	t _{1,2} =2,40 t _{1,3} =3,49 t _{2,3} =1,18	p _{1,2} <0,05 p _{1,3} <0,01 p _{2,3} >0,05
	Група 3	3003,0±31,08	3101,1±33,58	3150,1±35,29	t _{1,2} =2,14 t _{1,3} =3,13 t _{2,3} =1,01	p _{1,2} <0,05 p _{1,3} <0,01 p _{2,3} >0,05
Біг 30 м, с	Група 2	4,4±0,07	4,2±0,06	4,1±0,07	t _{1,2} =2,17 t _{1,3} =3,03 t _{2,3} =1,08	p _{1,2} <0,05 p _{1,3} <0,01 p _{2,3} >0,05
	Група 3	4,4±0,06	4,2±0,07	4,1±0,08	t _{1,2} =2,17 t _{1,3} =3,00 t _{2,3} =0,94	p _{1,2} <0,05 p _{1,3} <0,01 p _{2,3} >0,05
Стрибок у довжину з місця, см	Група 2	244,4±2,10	252,0±2,20	254,1±2,40	t _{1,2} =2,50 t _{1,3} =3,04 t _{2,3} =0,65	p _{1,2} <0,05 p _{1,3} <0,01 p _{2,3} >0,05
	Група 3	240,4±2,71	246,4±2,70	249,5±2,73	t _{1,2} =1,57 t _{1,3} =2,37 t _{2,3} =0,81	p _{1,2} >0,05 p _{1,3} <0,05 p _{2,3} >0,05
Стрибок у гору з місця, см	Група 2	44,7±0,84	48,3±0,88	50,1±0,96	t _{1,2} =2,96 t _{1,3} =4,23 t _{2,3} =1,38	p _{1,2} <0,01 p _{1,3} <0,001 p _{2,3} >0,05
	Група 3	40,4±1,14	46,5±1,22	49,9±1,43	t _{1,2} =3,65 t _{1,3} =5,19 t _{2,3} =1,81	p _{1,2} <0,01 p _{1,3} <0,001 p _{2,3} >0,05
П'ятикратний стрибок, м	Група 2	12,8±0,12	13,2±0,14	13,4±0,13	t _{1,2} =2,17 t _{1,3} =3,39 t _{2,3} =1,05	p _{1,2} <0,05 p _{1,3} <0,01 p _{2,3} >0,05
	Група 3	12,5±0,12	12,9±0,10	13,1±0,11	t _{1,2} =2,56 t _{1,3} =3,69 t _{2,3} =1,35	p _{1,2} <0,05 p _{1,3} <0,01 p _{2,3} >0,05
Біг 200 м, с	Група 2	29,5±0,47	28,0±0,46	27,4±0,42	t _{1,2} =2,28 t _{1,3} =3,33 t _{2,3} =0,96	p _{1,2} <0,05 p _{1,3} <0,01 p _{2,3} >0,05
	Група 3	30,5±0,58	28,6±0,56	27,6±0,51	t _{1,2} =2,36 t _{1,3} =3,75 t _{2,3} =1,32	p _{1,2} <0,05 p _{1,3} <0,01 p _{2,3} >0,05

У випускників шкільних секцій встановлено послідовне підвищення результатів тестування рівня фізичних якостей (табл. 1). Достовірно збільшилися показники тесту Купера ($p < 0,001$), бігу на 30 ($p < 0,001$) і 200 ($p < 0,001$) метрів, стрибків у довжину і гору з місця ($p < 0,001$), а також показників п'ятикратного стрибка ($p < 0,01$).

Показники виконання технічних прийомів другої групи мають тенденцію до підвищення. Достовірно збільшилася кількість передач «вперед» ($p < 0,05$) і зменшилося «упоперек» ($p < 0,05$), при цьому зменшилася і кількість помилок при їх виконанні ($p < 0,05$). Збільшилася також кількість «прийомів» м'яча і їх якість ($p < 0,05$), кількість «обведень» ($p < 0,01$) і зменшилась кількість помилок під час їх виконання ($p < 0,05$).

Дослідження техніко-тактичних дій футболістів третьої групи також виявило достовірне поліпшення рівня виконання технічних прийомів за перлий і другий рік навчання. Так, за період експерименту збільшилася кількість передач «вперед» ($p < 0,01$) і якість їх виконання ($p < 0,05$), що свідчить про підвищення атакуючих дій команди. Збільшилася кількість і якість виконання «прийомів» м'яча ($p < 0,01$; $p < 0,05$), а також показників «обведення» ($p < 0,01$).

У футболістів першої групи не виявлено достовірних ($p > 0,05$) змін, як у рівні фізичної підготовленості, так і в кількісних і якісних показниках техніко-тактичних дій, які залишилися на досить високому рівні.

Унаслідок використання розробленої нами методики, кількісні і якісні характеристики техніко-тактичних дій футболістів 1, 2 і 3 груп поступово вирівнялися.

Використання у тренувальному процесі студентами-футболістами другої і третьої груп додаткових занять, що передбачали розвиток фізичних якостей і удосконалення елементів техніки, позитивно вплинуло на їх креативні здібності. Так, якщо на початку досліджень у більшості тестів була вірогідна різниця між гравцями 1 і 2, 1 і 3 групами, то в кінці дворічного експерименту суттєвої різниці не виявлено ($p > 0,05$), що свідчить про позитивний вплив вправ, які були використані під час занять на формування якостей особистості в експериментальних групах 1 і 2.

Таким чином, результати проведеного дослідження свідчать про те, що тренувальний процес футболістів у другій і третій групах, який передбачав використання додаткових тренувальних занять з фізичної і техніко-тактичної підготовки з урахуванням розроблених нами методик, дозволив гравцям упродовж першого і другого років навчання значно підвищити рівень ігрової командної діяльності, досягнувши показників футболістів першої групи.

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

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

До групи результатів, що підтверджують дані (Н.М. Люкшинова, 1991; Г.А. Лисенчука, 2004; В.М. Костюкевича, 2006) належать відомості про те, що ефективність діяльності змагання у футболі багато в чому визначається рівнем функціональної і фізичної підготовленості; навчально-тренувальні заняття з футболу позитивно впливають на вдосконалення функцій центральної нервової системи, рухового апарату, серцево-судинної і дихальної систем організму студентів-спортсменів; показники маси тіла впливають на показники прояву фізичних якостей футболістів.

До результатів, які не тільки підтверджують, але й доповнюють уже відомі дані (В.М. Шамардіна, 1981; С.Н. Задірана, 1992; Т.Т. Іманалієва, 1993; С.М. Журіда, 2007), належать відмінності в рівні рухових якостей, техніко-тактичній підготовці і креативних здібностях у юних футболістів різного ігрового амплуа; індивідуалізація техніко-тактичної підготовки гравців різного амплуа з урахуванням фізичної підготовленості та креативності ігрової діяльності.

До групи нових результатів підготовки у футболі належить: визначено оптимальний зміст тренувального процесу студентів протягом першого й другого курсів навчання з урахуванням «вирівнювання» прояву фізичної та техніко-тактичної підготовленості юних футболістів, що пройшли підготовку в командах різних структур (училище фізичної культури, ДЮСШ, шкільна секція), що необхідно для ефективного виконання командних дій; запроваджено розроблені автором технічні пристрої для удосконалення елементів техніки футболу в тренувальний процес студентів експериментальних груп; виявлено кореляційну залежність між окремими показниками функціонального стану організму, рівнем розвитку фізичних якостей, кількісними та якісними показниками техніко-тактичних дій і креативними здібностями футболістів-першокурсників різного рівня спортивної підготовленості.

ВИСНОВКИ

1. Аналіз літературних джерел і узагальнення практичного досвіду підготовки студентських футбольних команд дозволили виявити, що на сьогодні відсутні науково-методичні розробки побудови навчально-тренувального процесу для студентів-футболістів перших курсів, які мають різний рівень спортивної підготовленості й розробити методологію досліджень, яка базується на урахуванні різних сторін підготовленості футболістів, індивідуалізації фізичної і техніко-

тактичної підготовки гравців різного ігрового амплуа, особливостей формування й управління специфічними рухами, формування ігрового мислення.

2. Показники функціонального стану студентів-футболістів першокурсників, що мали різні умови для спортивної підготовки не однакові. Достовірно кращі результати тестування виявлені у випускників училищ фізичної культури, ніж у випускників ДЮСШ за показниками маси тіла ($t=2,50$; $p<0,05$), АТ діаст. ($t=2,51$; $p<0,05$), АНАМЕ ($t=3,75$; $p<0,01$) и АМЕ ($t=3,41$; $p<0,01$), а також учнів футбольних секцій середніх шкіл за даними маси тіла ($t=2,13$; $p<0,05$), ЧСС ($t=4,56$; $p<0,001$), АТ сист. ($t=2,86$; $p<0,01$), АТ діаст. ($t=4,87$; $p<0,001$), АНАМЕ ($t=6,37$; $p<0,001$) й АМЕ ($t=5,09$; $p<0,001$).

3. Рівень прояву фізичних якостей у футболістів першокурсників різний і залежить від умов спортивної підготовки до вступу у ВНЗ.

Студенти-футболісти, що пройшли підготовку в училищах фізичної культури, мають достовірно вищі показники, ніж випускники дитячо-юнацьких спортивних шкіл і футбольних шкільних секцій у тесті Купера ($t=2,52$; $p<0,05$ і $t=3,04$; $p<0,05$), бігу на 30 ($t=2,17$; $p<0,05$ і $t=3,03$; $p<0,01$) і 200 ($t=2,57$; $p<0,05$ і $t=3,82$; $p<0,01$) метрів, стрибку у довжину ($t=2,11$; $p<0,05$ і $t=3,03$; $p<0,01$) і угору ($t=5,20$ і $t=8,16$; $p<0,001$) з місця, п'ятикратному стрибку ($t=2,56$; $p<0,05$ і $t=4,48$; $p<0,001$).

4. Кількісні та якісні показники техніко-тактичних дій футболістів-першокурсників різні, найбільш низькі виявлені у студентів футболістів, що проходили підготовку в шкільних секціях. Так, ними здійснюється достовірно більша кількість передач «поперек» по відношенню до випускників училищ фізичної культури ($t=4,62$; $p<0,001$). При цьому допускається значна кількість помилок при виконанні передач «вперед» у випускників шкільних секцій по відношенню до випускників ДЮСШ ($t=2,20$; $p<0,05$), а так само при передачах «вперед» і «поперек» по відношенню до випускників училищ фізичної культури ($t=3,87$; $p<0,001$ і $t=3,62$; $p<0,01$). Слід зазначити, що студенти-першокурсники, які займалися в шкільних секціях здійснюють меншу кількість «прийомів» м'яча ($t=5,25$; $p<0,001$) і «обведень» ($t=3,03$; $p<0,01$) по відношенню до випускників училищ фізичної культури, допускаючи при їх виконанні більше помилок ($t=4,15$; і $t=4,14$; $p<0,001$).

5. Рівень креативних здібностей футболістів-першокурсників різний і залежить від доувзівської спортивної підготовки та ігрового амплуа. Футболісти зихованці училищ фізичної культури тільки в показнику «оригінальність» не мають достовірної ($p>0,05$) різниці по відношенню до випускників дитячих спортивних шкіл і шкільних секцій. Футболісти різного ігрового амплуа проявляють неоднаковий рівень креативності, найбільш високі показники у «творчому мисленні», «допитливості», «уявленні» та «емоційності» мають капівахисники ($p<0,05$), «інтуїція» та «творче становлення до роботи» властиві ахисникам, а «уявлення» нападникам ($p<0,05$).

6. Виявлений кореляційний взаємозв'язок між показниками техніко-тактичних дій і тестів, що відображають рівень фізичної підготовленості досліджуваних груп.

У футболістів-студентів групи 1 результати тестування швидкісної і швидкісно-силової підготовленості корелюють з показниками виконання окремих технічних елементів: біг на 30 і 200 метрів, стрибок у довжину з місця, п'ятикратний стрибок і помилки при виконанні «обведення» ($r=0,61$; $r=0,68$; $r=0,63$; $r=0,62$); тест Купера і помилки при «прийомі» м'яча ($r=-0,70$).

У групі 2 кореляційні взаємозв'язки виявлені між результатами бігу на 30 м і «обведення» ($r=-0,61$); тестом Купера, бігу на 200 м і помилками при «прийомі» м'яча ($r=-0,59$; $r=-0,72$); бігу на 200 м і помилками при передачах м'яча ($r=0,60$).

Результати тестування рухових якостей футболістів-студентів групи 3 корелюють з показниками якості виконання елементів техніки: біг на 30 м і помилки при передачах «поперек» ($r=-0,51$) і «обведенню» ($r=0,68$); стрибки у довжину і угору з місця, а також п'ятикратний стрибок і «обведенню» ($r=-0,59$; $r=-0,64$, $r=-0,57$); стрибок угору з місця і «прийом» м'яча ($r=0,68$), біг на 200 м і помилки при передачах «вперед» і «обведенню» ($r=0,56$; $r=0,60$).

Отримані результати свідчать про те, що чим вищий рівень фізичної підготовленості (група 1), тим більш якісно виконуються елементи техніки футболу.

7. Розроблена нами методика побудови тренувального процесу футболістів студентських команд використовується впродовж двох років в групах випускників ДЮСШ (група 2) і шкільних секцій (група 3), яка передбачала розвиток рухових якостей у додаткових заняттях і використання розроблених технічних пристроїв в тренувальних заняттях що дозволило підвищити рівень фізичних якостей і технічної підготовленості до рівня випускників училищ фізичної культури (група 1).

Так, за час дворічного експерименту в групі 2 достовірно підвищилися показники в тесті Купера ($t=3,49$; $p<0,01$), у стрибках у довжину ($t=3,04$; $p<0,01$) і угору ($t=4,23$; $p<0,001$) з місця, п'ятикратному стрибку ($t=3,39$; $p<0,01$), бігу на 30 ($t=3,05$; $p<0,01$) і 200 ($t=3,33$; $p<0,01$) метрів. У групі 3 достовірно покращилися показники тесту Купера ($t=3,13$; $p<0,01$), стрибків у довжину ($t=2,37$; $p<0,05$) і угору ($t=5,19$; $p<0,001$) з місця, п'ятикратному стрибку ($t=3,69$; $p<0,01$), бігу на 30 ($t=3,00$; $p<0,01$) і 200 ($t=3,75$; $p<0,01$) метрів.

Виконання технічних прийомів футболістами групи 2 достовірно покращилось по відношенню до початкових у показниках кількості передач «вперед» ($t=2,12$; $p<0,05$), «поперек» ($t=3,19$; $p<0,01$) і відповідно якості їх виконання ($t=2,35$ і $2,21$; $p<0,05$), а також кількості «прийомів» м'яча ($t=3,31$; $p<0,01$) і «обведень» ($t=2,80$; $p<0,05$) при значному поліпшенні якості «обведення» ($t=2,13$; $p<0,05$).

Значніші зміни кількості і якості виконання технічних прийомів відбулися протягом дворічного експерименту у студентів-футболістів групи 3 кількістю передач «вперед» ($t=2,46$; $p<0,05$) і «поперек» ($t=5,44$; $p<0,001$), «прийоми» м'яча ($t=4,70$; $p<0,001$) і «обведенні» ($t=2,56$; $p<0,05$), при цьому їх якість також достовірно покращала ($t=3,24$; $3,43$; $3,51$; $3,33$: $p<0,01$).

У досліджуваних групах 2 і 3, разом з підвищенням фізичних якостей і показників техніко-тактичних дій значно підвищився рівень креативних здібностей і досяг показників групи 1.

8. Основи розробленої методики побудови тренувального процесу можуть використовуватися під час підготовки студентських команд в інших ігрових видах спорту, що вимагають комплексного прояву рухових якостей і техніко-тактичної підготовленості, а також в теорії спортивного тренування при підготовці фахівців і підвищенні кваліфікації тренерів-викладачів з футболу у вищих навчальних закладах фізичної культури і спорту.

Подальші дослідження можуть бути спрямовані на більш детальну розробку індивідуальних тренувальних завдань для студентів першокурсників, випускників дитячих спортивних шкіл і шкільних секцій з метою підвищення рівня різних сторін підготовленості.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ *Брошури*

1. Иванов А.В. Техника бега в футболе : Методические указания [для студентов всех специальностей] / А.В. Иванов, П.Е. Перепелица. – Донецк: ДонНТУ, – 2005. – 67 с.

Статті в наукових фахових виданнях

2. Иванов А.В. Критерии отбора в современном футболе / А.В. Иванов, П.Е. Перепелица // Теорія і практика фізичного виховання – Донецьк: ДонНУ, 2005. – №1-2. – С. 67-77.

3. Перепелица П.Е. Сравнительный анализ отдельных технико-тактических действий футболистов / П.Е. Перепелица, С.Э. Демкович // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: наукова монографія за редакцією проф. Єрмакова С.С. – Харків: ХДАДМ (ХХП), 2006. – №5. – С. 45-50.

4. Перепелица П.Е. Метод обучения командной игре в «короткий» пас / П.Е. Перепелица, С.Э. Демкович // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: наукова монографія за редакцією проф. Єрмакова С.С. – Харків: ХДАДМ (ХХП), 2006. – №6. – С. 51-57.

5. Перепелица П.Е. Метод обучения командным технико-тактическим действиям в футболе / П.Е. Перепелица, С.Э. Демкович // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту:

наукова монографія за редакцією проф. Єрмакова С.С. – Харків: ХДАДМ (ХХІІІ), 2006. – №9. – С. 125-128.

6. Перепелица П.Е. Особенности организации отбора и тренировочного процесса, в сборных командах по футболу при ВУЗах / П.Е. Перепелица // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: наукова монографія за редакцією проф. Єрмакова С.С. – Харків: ХДАДМ (ХХІІІ), 2006. – №10. – С. 176-180.

7. Перепелица П.Е. Значение антропометрических данных в футболе / П.Е. Перепелица, С.Э. Демкович // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: наукова монографія за редакцією проф. Єрмакова С.С. – Харків: ХДАДМ (ХХІІІ), 2006. – №11. – С. 78-80.

8. Перепелица П.Е. Анализ технико-тактических действий в процессе отбора / П.Е. Перепелица // Вісник Чернігівського державного університету імені Т.Г.Шевченка. – Чернігів: ЧДПУ, 2006. – №35. – С. 282-285.

9. Перепелица П.Е. Анализ технико-тактических действий футболистов / П.Е. Перепелица, С.Э. Демкович // Вісник Чернігівського державного університету імені Т.Г.Шевченка. – Чернігів: ЧДПУ, 2006. – №35. – С. 285-290.

10. Перепелица П.Е. Расстановка игроков на поле с учетом их антропометрических данных / П.Е. Перепелица, С.Э. Демкович // Вісник Чернігівського державного університету імені Т.Г.Шевченка. – Чернігів: ЧДПУ, 2006. – №35. – С. 291-295.

11. Перепелица П.Е. Метод раздельной тренировки, как способ повышения «уровня согласованности действий» между футболистами во время игры / П.Е. Перепелица, С.Э. Демкович // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: наукова монографія за редакцією проф. Єрмакова С.С. – Харків: ХДАДМ (ХХІІІ), 2007. – №1. – С. 69-75.

12. Перепелица П.Е. Уровень «командного контроля мяча» у ведущих команд на XVIII чемпионате мира в Германии / П.Е. Перепелица, С.Э. Демкович // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: наукова монографія за редакцією проф. Єрмакова С.С. – Харків: ХДАДМ (ХХІІІ), 2007. – №1. – С. 98-101.

13. Перепелица П.Е. Временные рамки, отведенные футболистам на командные «действия» и «противодействия» / П.Е. Перепелица, С.Э. Демкович // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: наукова монографія за редакцією проф. Єрмакова С.С. – Харків: ХДАДМ (ХХІІІ), 2007. – №2. – С. 99-102.

14. Перепелица П.Е. Сравнительный анализ отдельных технико-тактических действий игроков линии нападения, защиты и полузащиты / П.Е. Перепелица, С.Э. Демкович // Педагогіка, психологія та медико-біологічні

проблеми фізичного виховання і спорту: наукова монографія за редакцією проф. Єрмакова С.С. – Харків: ХДАДМ (ХХП), 2007. – №5. – С. 137-140.

15. Перепелица П.Е. Совершенствование тренировочного процесса, направленного на сокращение затрат времени на переключение действий игроков из «режима атаки» в «режим обороны» / П.Е. Перепелица, А.Г. Бойко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: наукова монографія за редакцією проф. Єрмакова С.С. – Харків: ХДАДМ (ХХП), 2007. – №11. – С. 72-74.

16. Перепелица П.Е. Мотивационная ориентация у ребят 10-11 лет, желающих заниматься футболом / П.Е. Перепелица, А.Г. Бойко // Вісник Чернігівського державного університету імені Т.Г.Шевченка. – Чернігів: ЧДПУ, 2008. – №54. – С. 190-193.

17. Перепелица П.Е. Использование в тренировочных занятиях футболистов, методики поэтапного сжатия границ игрового пространства / П.Е. Перепелица, А.Г. Бойко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: наукова монографія за редакцією проф. Єрмакова С.С. – Харків: ХДАДМ (ХХП), 2008. – №6. – С. 201-204.

Авторські свідоцтва, патенти

18. А. с. 18753 Україна, ДДПВ. Збірник статей «Навчання командним тактико-технічним діям у футболі» / П.Є. Перепелица (Україна). – 18797 ; заявл. 09.10.06 ; опубл. 28.11.06.

19. А. с. 19876 Україна, ДДПВ. Науковий твір «Методика підготовки і доведення координаційних способностей гравця до найвищого рівня восприяття елементів техніки футболу» / П.Є. Перепелица (Україна). – 20053 ; заявл. 20.01.07 ; опубл. 15.03.07.

20. А. с. 26053 Україна, ДДПВ. Стаття «Тренировочное устройство для развития статического и динамического равновесия у спортсменов» / П.Є. Перепелица (Україна). – 26232 ; заявл. 02.07.08 ; опубл. 13.10.08.

21. Пат. 27248 Україна, МПК А 63 В 23/02 (2006.01). Пристрій для тренування спортсменів / Перепелица П.Є.; заявник і патентовласник Донец. нац. техн. ун-т. – № u200705935 ; заявл. 29.05.07 ; опубл. 25.10.07.

22. Пат. 35299 Україна, МПК А 63 В 23/02 (2008.01). Пересувний щит для тренування спортсменів / Перепелица П.Є.; заявник і патентовласник ДВНЗ Донец. нац. техн. ун-т. – № u200804779 ; заявл. 14.04.08 ; опубл. 10.09.08, Бюл. № 17, 2008 р.



АНОТАЦІЇ

Перепелиця Павло Євгенійович. Побудова тренувального процесу студентських футбольних команд з урахуванням різного рівня підготовленості гравців. – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.01 – Олімпійський і професійний спорт. – Донецький державний інститут здоров'я, фізичного виховання і спорту при Національному університеті фізичного виховання і спорту України, Донецьк, 2009.

У дисертаційній роботі визначено рівень розвитку рухових якостей, техніко-тактичної і функціональної підготовленості та креативних здібностей футболістів-першокурсників випускників училищ фізичної культури, дитячо-юнацьких спортивних шкіл і шкільних секцій. Виявлено кореляційну залежність між окремими показниками функціонального стану організму, рівнем розвитку фізичних якостей, кількісними і якісними показниками техніко-тактичних дій і креативних здібностей футболістів-першокурсників з різним рівнем підготовленості.

На підставі отриманих даних про рівень розвитку різних сторін підготовленості футболістів-першокурсників визначений оптимальний зміст тренувального процесу та розроблено комплекси додаткових занять для футболістів-випускників дитячо-юнацьких спортивних шкіл і шкільних секцій.

Експериментально встановлено ефективність розроблених комплексів тренувальних програм, які дають змогу підвищити рівень фізичної та техніко-тактичної підготовленості студентів-випускників різних структур довузівської футбольної підготовки для виконання командних ігрових дій.

Ключові слова: студенти-футболісти, рухові якості, техніко-тактичні дії, функціональна підготовленість, креативні здібності.

Перепелиця Павел Евгеньевич. Построение тренировочного процесса студенческих футбольных команд с учетом различного уровня подготовленности игроков. – Рукопись.

Дисертація на соискание ученой степени кандидата наук по физическому воспитанию и спорту по специальности 24.00.01 – Олимпийский и профессиональный спорт. – Донецкий государственный институт здоровья, физического воспитания и спорта при Национальном университете физического воспитания и спорта Украины, Донецк, 2009.

Диссертационная работа посвящена актуальной проблеме подготовки студенческих футбольных команд, поскольку уровень различных сторон спортивной подготовленности, поступивших в вуз различен, что не дает возможности в полной мере эффективно выполнять игровые командные действия.

Во *введении* обоснована актуальность исследуемой темы, определены цель, задачи, объект, предмет, методы исследования, раскрыта научная новизна

практическое значение полученных результатов, личный вклад соискателя, гражена апробация результатов исследования, приведена структура и объем иссертации.

В *первом разделе «Характеристика спортивной подготовки футболистов»* проведен анализ и обобщение научно-методической литературы целью выявления состояния вопроса, касающегося перспектив развития гуденческого футбола, физической, технической, тактической и ункциональной подготовки футболистов. На основании проведенного анализа азработан методологический подход к проведению дальнейших исследований.

Во *втором разделе «Методы и организация исследований»* представлено одержание используемых методов: анализ и обобщение данных специальных итературных источников, изучение и обобщение опыта практической работы, педагогические наблюдения и педагогический эксперимент, инструментальных методов определения функциональных возможностей спортсмена и ехнических средств регистрации количественных и качественных показателей ехнико-тактических действий футболистов, методы математической татистики; а так же организация исследований.

В *третьем разделе «Исследование основных сторон спортивной юдготовленности студентов-футболистов, поступающих в высшие учебные аведения Украины»* установлены различия в уровне проявления двигательных ачеств (тест Купера, бег на 30 и 200 м, прыжки в длину и высоту с места, ятикратный прыжок) у футболистов-первокурсников различных групп овузовской спортивной подготовки. Наиболее высокие результаты показаны ыпускниками футбольных спортивных интернатов (группа 1). Показанные езультаты подтверждаются данными функциональной подготовленности (АНАМЕ, АМЕ), которые достоверно выше у футболистов-выпускников спортивных интернатов. Так же установлено, что количественные и ачественные характеристики технико-тактических действий (передачи и прием мяча, «обводка», ошибки при их выполнении) достоверно лучше у футболистов группы 1 по отношению к двум другим группам (группа 2 – ыпускники ДЮСШ; группа 3 – выпускники школьных секций).

Проведенный корреляционный анализ показателей технико-тактических действий и тестов, отражающих уровень физической подготовленности студентов-футболистов групп 1 и 2, выявил тесную взаимосвязь ошибок при выполнении «обводки» и бега на 30 м, а так же пятикратного прыжка; ошибок при передачах «вперед» и бега на 200 м; ошибок при «приеме» мяча и теста Купера. У футболистов группы 3 в большей степени коррелирует выполнение технических элементов с тестами в которых требуется проявление скоростно-силовых качеств.

В *четвертом разделе «Планирование тренировочного процесса футболистов студента»* представлено построение

тренировочных занятий (основных и дополнительных), направленных на развитие физических качеств и технико-тактической подготовленности футболистов исследуемых групп, разработанных на основании полученных результатов, представленных в разделе 3. В результате проведенного двухлетнего педагогического эксперимента установлена эффективность разработанных комплексов заданий (в основных и дополнительных занятиях), что позволило футболистам групп 2 и 3 достичь уровня физической и технико-тактической подготовленности группы 1.

В пятом разделе «Обобщение результатов собственных исследований» приведены три группы данных: подтверждающих данные других авторов, не только подтверждающие, но и дополняющие уже имеющиеся сведения, а так же группа новых результатов для подготовки футбольных студенческих команд.

Ключевые слова: студенты-футболисты, двигательные качества, технико-тактические действия, функциональная подготовленность, креативные способности.

Perepelitsa Pavlo Evgeniy. Construction of training process of student soccer teams taking into account the different level of preparedness of players. – Manuscript.

Dissertation for obtaining scientific degree of Candidate of Sciences in Physical Training and Sport on the specialty 24.00.01. – Olympic and professional sport. – Donetsk state institute of health, physical education and sport at the National university of physical education and sport of Ukraine. Donetsk, 2009.

The dissertation work reveals level of development of motor qualities, technige-tactic and functional preparedness and capabilities of creative of footballers-freshmen of graduating students of soccer boarding-schools, junior sporting schools and school sections. Found out the cross-correlation dependence between the separate indexes of the functional state of organism, level of development of physical qualities, the quantitative and high-quality indexes of technige-tactic actions and capabilities of creative skills of footballers-freshmen with different level of preparedness.

On the basis of data about the level of development of different aspects of preparedness of footballers-freshmen optimum maintenance of training process is established and the complexes of extramural activities worked out are developed for footballers-graduating students of junior sporting schools and school sections.

Efficiency of the developed complexes of the trainings programs which enable to promote the level of physical and technige-tactic preparedness of graduating students of different structures of pre-higher school soccer preparation for implementation of team playing actions is experimentally established.

Keywords: students-footballers, motor qualities, technige-tactic actions, functional preparedness, creative capabilities.