

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.6\(179\).22](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.6(179).22)
УДК 796.332

- Коваль С.С.
к. фіз. вих., доцент
доцент кафедри футболу та хокею Харківської державної академії фізичної культури, м. Харків
<https://orcid.org/0000-0001-7140-6276>
- Журід С.М.
к. фіз. вих., доцент
доцент кафедри футболу та хокею Харківської державної академії фізичної культури, м. Харків
<https://orcid.org/0000-0002-8943-1418>
- Шаленко В.В.
к. фіз. вих., доцент
доцент кафедри футболу та хокею Харківської державної академії фізичної культури, м. Харків
<https://orcid.org/0000-0002-3318-4956>
- Шелудько П.І.
ст. викладач кафедри футболу та хокею Харківської державної академії фізичної культури, м. Харків
<https://orcid.org/0000-0003-1525-8488>
- Лебедєв С.І.
к. фіз. вих., доцент
доцент кафедри футболу та хокею Харківської державної академії фізичної культури, м. Харків
<https://orcid.org/0000-0002-8452-8800>
- Єфременко А.М.
к. фіз. вих., доцент
доцент кафедри легкої атлетики Харківської державної академії фізичної культури, м. Харків
<https://orcid.org/0000-0003-0924-0281>

ПРОБЛЕМА РАННЬОЇ СПЕЦІАЛІЗАЦІЇ У ФУТБОЛІ

У статті розглядається проблема тренування на початковому етапі підготовки у футболі у контексті тенденції до ранньої спеціалізації. Дослідження показує, що тенденція ранньої спеціалізації, особливо в командних видах спорту та футболі, все ще не має повного чи часткового наукового обґрунтування в системі підготовки навчально-спортивних закладів України, адаптованої до матеріально-технічних умов. Це наголошує на значенні контролю стану здоров'я як важливої складової контролю базової освіти задля збереження фізичного та психічного здоров'я дітей під впливом спортивних навантажень. Зазначено, що ефективність удосконалення системи управління підготовкою футболістів в умовах ранньої спеціалізації залежить від обліку та аналізу накопиченого практичного досвіду та теоретичних знань в олімпійському спорті, особливо у командних видах спорту та футболі. Аналіз наукових даних з питань ранньої спеціалізації у футболі показує, що цей напрямок ще недостатньо досліджений і ще не має повноцінного наукового обґрунтування.

Ключові слова: початкова підготовка, молоді футболісти, рання спортивна спеціалізація, гуманізація, розвиток.

Koval S., Zhurid S., Shalenko V., Sheludko P., Lebediev S., Yefremenko A., The problem of early specialization in football. The problem of training at the initial stage of training in football is considered in the context of the tendency towards early specialization. The study shows that the tendency of early specialization, especially in team sports and football, still does not have a full or partial scientific justification in the training system of educational and sports institutions of Ukraine, adapted to material and technical conditions, which emphasizes the importance of health control as an important component of the control of basic education in order to preserve the physical and mental health of children under the influence of sports loads. It should be noted that the effectiveness of improving the management system of training football players in conditions of early specialization depends on the accounting and analysis of accumulated practical experience and theoretical knowledge in Olympic sports, especially in team sports and football. As a result of the theoretical understanding of the research subject, it was found that the effectiveness of improving the system of initial training of football players in conditions of early sports specialization depends on careful control, accounting and analysis of accumulated practical experience and theoretical knowledge in Olympic sports in general in team sports and football directly. The analysis of scientific data on the issues of initial training, taking into account early specialization, shows that this direction is not yet sufficiently studied, does not have a full scientific justification, and a large body of scientific knowledge is not combined into a coherent system in which organically interconnected control has to be combined with modern trends in the development of children's football and the age characteristics of children.

Keywords: initial training, young football players, early sports specialization, humanization, development.

Постановка проблеми. Однією з тенденцій розвитку футболу останнього десятиліття є стремління до ранньої спеціалізації, тобто зменшення віку початку занять спортивними іграми з 9-11 до 6-7 років [3], а з 8-річного віку починають регулярно тренуватися у секціях та брати участь у змаганнях [6]. Натомість дана тенденція все ще не знайшла відображення в навчальній програмі для дитячо-юнацьких спортивних шкіл з футболу [8]. Причому, чинна програма з футболу не розрахована на дітей з 6-7 років. Не враховано також значення контролю рівня фізичного здоров'я, фізичної підготовленості та фізичного розвитку під впливом занять спортом. Однак робіт, присвячених аналізу сучасного стану проблеми контролю у футболі на етапі початкової підготовки і зв'язку з тенденцією до ранньої спеціалізації, не знайдено.

Аналіз останніх публікацій. Аналіз наукових даних свідчить, що проблему ранньої спортивної спеціалізації та оптимального віку початку занять різними видами та спортом широко розглядали фахівці як загальної теорії підготовки спортсменів [1, 9], так і теорії підготовки спортсменів у різних видах спорту [4, 10]. Фахівці визначають, що спортивні успіхи у дитячому та юнацькому віці не завжди є запорукою високих досягнень у спорті найвищих досягнень [7]. Існує певна константа початку спеціалізації, стажу тренувань та вікових зон максимальних досягнень у різних видах спорту [10]. Загалом спеціалісти не мають єдиної думки. Одні вважають, що для досягнення високих результатів підлітки повинні спеціалізуватися так само, як дорослі [3]; інші вважають, що не потрібно поспішати зі спеціалізацією в конкретному виді спорту, а в ранньому віці приділяти увагу спеціальним навичкам, характерним для спорту [10]; треті заперечують необхідність ранньої спортивної спеціалізації [1]. Існує і така думка: потрібна не рання спеціалізація у конкретному виді спорту, а створення в ранньому віці основи моторного розвитку дитини [2].

Наведені вище тези ставлять під сумнів питання ефективності ранньої спортивної спеціалізації у футболі. Адже сьогодні немає не лише рекомендацій щодо організації початку спеціалізованої підготовки гравців 6-7 років, а й не розроблено питання врахування її ефективності, а головне безпеки в контексті розвитку юного організму. Тому ця тема є проблемною для сучасного футболу та потребує розгляду.

Мета – вивчення особливостей ранньої спортивної спеціалізації у футболі.

Методи дослідження. Для досягнення мети дослідження було використано теоретичні методи педагогічного дослідження. Організація дослідження базується на сучасній науковій літературі, яка дає досить широку і необхідну інформацію про тему, що вивчається.

Виклад основного матеріалу дослідження. Спортивну спеціалізацію можна розглядати через призму набуття знань, умінь та навичок, що сприяють досягненню високих результатів у вибраному виді спорту. Вона полягає в тому, що з багатьох видів спорту спортсмен вибирає один, на якому зосереджується всі його зусилля з метою досягнення найвищого результату [6]. Останнім часом спостерігається прагнення якомога більш ранньої спортивної спеціалізації з дитячого віку. Так, у секції з плавання, гімнастики, фігурного катання приймають дітей з 3-6 років [5]. Проте, здебільшого тренування в цей період спрямовані на всебічний фізичний розвиток тих, хто займаються. Отже, спеціалізація у дитячому спорті зовсім не виключає всебічного розвитку спортсмена, включаючи оволодіння базисом знань і навичок у кількох (інколи досить різних) видах спорту [9].

Аналіз літературних джерел та практичного досвіду висвітлює думку сучасних фахівців щодо командних спортивних ігор, які стверджують, що ключ до спортивних успіхів слід шукати у ранній спортивній спеціалізації [3, 6, 9]. Практичний досвід різних країн свідчить, що діти починають знайомитись із футболом ще з дошкільного віку. У нашій країні такий підхід ще не набув значної популярності, що пов'язано з проблемами матеріального забезпечення (спеціального інвентарю – полегшені м'ячі, спеціалізовані поля для дітей) та методичного (відсутність програми навчально-тренувального процесу з футболу з урахуванням ранньої спеціалізації) [10].

Ряд авторів відзначають позитивний вплив використання елементів спортивних ігор, зокрема футболу, у системі дошкільного фізичного виховання на фізичний та психофізичний розвиток дітей 3-6 років [2]. У той же час в останніх роботах наголошується, що вік дітей для початку занять такими спортивними іграми, такими як футбол, має бути 12-14 років [10]. Навчальними програмами для ДЮСШ рекомендовано здійснювати набір дітей до груп початкової підготовки з футболу з 9 років [2]. Таким чином, встановлені протиріччя щодо ранньої спеціалізації у спорті та у командних спортивних іграх, зокрема.

Етап початкової підготовки – один із найбільш важливих, оскільки саме в цей період рухового навчання закладається основа подальшого оволодіння майстерністю у футболі та проводиться відбір для подальших занять спортом [8]. Однак тут існує небезпека перенавантаження дитячого організму, який ще не зміцнівся, оскільки в дітей віком цього віку існує відставання у розвитку окремих вегетативних функцій організму [2]. Тому тренерам, що працюють у групах початкової підготовки необхідно пам'ятати, що рання спортивна спеціалізація і супутні їй напружені тренування, а також активна змагальна діяльність вкрай небезпечні. Вони порушують об'єктивні закономірності багаторічного вдосконалення, які визначають оптимальні для конкретного виду спорту вікові зони, а організм юного гравця передчасно зношується [6].

Необхідно виділити ряд факторів, що обмежують навантаження в заняттях з футболістами-початківцями: недостатня адаптація до фізичних навантажень; вікові особливості фізичного розвитку; недостатній загальний обсяг рухових навичок та умінь [5]. Високі фізичні та психоемоційні навантаження на тлі процесів зростання та формування органів і систем, що висувають підвищені вимоги до організму юних спортсменів, за певних обставин можуть призвести до виникнення низки порушень у фізичному розвитку та стані здоров'я [2].

Аналіз наукових праць дозволив виявити, що критеріями контролю у футболі на етапі початкової підготовки з урахуванням ранньої спеціалізації є [5, 8]: показники рівня фізичного розвитку; фізичного здоров'я; стан функціональних систем; загальна фізична підготовленість; теоретична підготовленість, психічні властивості; психофізіологічні особливості; обсяг та інтенсивність тренувального та ігрового навантаження. Тому вкрай необхідне – чітке вирішення завдань саме щодо контролю за рівнем здоров'я та фізичного розвитку, а не спроби швидко навчити дітей техніці та тактиці гри. Тільки

за цієї умови відвідування тренувальних занять буде безпечним для фізичного та психічного здоров'я дітей та буде сприятливою основою для подальшого спортивного вдосконалення.

Таким чином, проведені дослідження свідчать про наявність тенденції до ранньої спеціалізації та розбіжності думок фахівців щодо віку початку занять спортом та змісту програми тренування на початковому етапі підготовки. Визначено, що у футболі ранню спеціалізацію необхідно розглядати як етап придбання основної бази моторики та освоєння великої кількості рухових дій та технічних елементів, що є основою формування спеціальної бази футболістів на наступних етапах підготовки. На початку занять футболістами дошкільного віку необхідно враховувати вікові особливості фізичного та психологічного розвитку дитини, які є запорукою спортивного довголіття.

Висновки. В результаті теоретичного осмислення предмета дослідження виявлено, що ефективність вдосконалення системи початкової підготовки футболістів в умовах ранньої спортивної спеціалізації залежить від ретельного контролю, обліку та аналізу накопиченого практичного досвіду та теоретичних знань в олімпійському спорті загалом, і у командних видах спорту та футболі, безпосередньо. Вказана вище тенденція до ранньої спеціалізації в командних спортивних іграх та у футболі, зокрема, має резерви цілісного чи часткового наукового обґрунтування, адаптованого до матеріально-технічних умов вітчизняних навчальних та спортивних закладів. Це вказує на значущість вдосконалення системи контролю, як важливої складової в управлінні процесом початкової підготовки з метою збереження фізичного та психічного здоров'я під впливом спортивного навантаження. Проведений аналіз наукових даних з питань початкової підготовки з урахуванням ранньої спеціалізації свідчить про те, що цей напрямок ще недостатньо вивчений, не має повного наукового обґрунтування, і великий масив наукових знань не об'єднаний у цілісну систему, в якій органічно взаємопов'язаний контроль має поєднуватися з сучасними тенденціями розвитку дитячого футболу та віковими особливостями дітей.

Перспективи подальших досліджень полягають у тому, щоб на основі теоретичного аналізу та експериментальних досліджень сформувати цілісну систему знань щодо початкової спортивної спеціалізації у футболі для оптимізації управління процесом багаторічної підготовки.

Література

1. Дулібський А. Спортивний відбір у системі багаторічної спеціалізованої освіти футболістів. *Спортивна наука України*. 2015. № 4. С. 28-35. Режим доступу <https://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/download/340/329> (дата звернення: 19.04.2024)
2. Марченко В. Система відбору і спортивної орієнтації юних спортсменів. *Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор та однокласств у закладах вищої освіти*. 2022. № 1. С. 79-89. Режим доступу <https://journals.uran.ua/pprsievnz/article/download/252671/249973> (дата звернення: 18.04.2024)
3. Наумчук В. Використання рухливих і навчальних ігор у спортивній підготовці юних футболістів. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2018. № 1. С. 47-52. Режим доступу <https://doi.org/10.15391/sns.v.2018-1.008> (дата звернення: 21.04.2024)
4. Сапрун С., Корнієнко С. Методичні аспекти відбору та ранньої ігрової орієнтації юних футболістів з врахуванням їх індивідуальних особливостей. *Науковий вісник Ізмаїльського державного гуманітарного університету*. 2022. № 58. С. 128-140. Режим доступу [https://doi.org/10.31909/26168812.2022-\(58\)-14](https://doi.org/10.31909/26168812.2022-(58)-14) (дата звернення: 16.04.2024)
5. Тітова Г., Бобошко В., Можин С. Спортивний відбір на початкових етапах підготовки юних футболістів. *Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура*. 2019. № 33. С. 96-102. Режим доступу <https://doi.org/10.15330/fcult.33.96-102> (дата звернення: 10.04.2024)
6. Улан А., Кос Р. Відображення тенденції до омолодження світового футболу у чемпіонатах різних країн світу. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2022. № 3. С. 27-31. Режим доступу <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2022.3.27-31> (дата звернення: 21.04.2024)
7. Fortin-Guichard D., Huberts I., Sanders J., van Elk R., Mann D. L., Savelsbergh G. J. Predictors of selection into an elite level youth football academy: A longitudinal study. *Journal of Sports Sciences*. 2022. № 40(9). P. 984-999. Режим доступу <https://doi.org/10.1080/02640414.2022.2044128> (дата звернення: 13.04.2024)
8. Sarmiento H., Anguera M. T., Pereira A., Araújo D. Talent identification and development in male football: A systematic review. *Sports medicin*. 2018. № 48. P. 907-931. Режим доступу <https://doi.org/10.1007/s40279-017-0851-7> (дата звернення: 20.04.2024)
9. Sieghartsleitner R., Zuber C., Zibung M., Charbonnet B., Conzelmann A.. Talent selection in youth football: technical skills rather than general motor performance predict future player status of football talents. *Current Issues in Sport Science (CISS)*. 2019. № 4. P. 100-111. Режим доступу https://doi.org/10.15203/CISS_2019.011 (дата звернення: 09.04.2024)
10. Vozniuk T., Shchepotina N., Koliadych Yu., Lazarenko N., Ihnatova O., Baiurko N., Kostiukevych V., Svirshchuk N., Perepelytsia M., Chyzhevska N. Methods of Primary Selection of Young Football Players. *Sport Mont*. 2021. № 19(S2). P. 9-15. Режим доступу <https://doi.org/10.26773/smj.210902> (дата звернення: 16.04.2024)

References

1. Dulib's'kyy, A. (2015). Sportyvnyy vidbir u systemi bahatorichnoyi spetsializovanoyi osvity futbolistiv [Sports selection in the system of long-term specialized education of football players]. *Sportyvna nauka Ukrayiny*, 4, 28-35. Access <https://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/download/340/329> [in Ukrainian]
2. Marchenko, V. (2022). Systema vidboru i sportyvnoyi oriyentatsiyi yunyk sport-smeniv [The system of selection and sports orientation of young athletes]. *Problemy i perspektyvy rozvytku sportyvnykh ihor ta odnoborstv u zakladakh vyshchoyi osvity*, 1, 79-89. Access <https://journals.uran.ua/pprsievnz/article/download/252671/249973> [in Ukrainian]

3. Naumchuk, V. (2018). Vykorystannya rukhlyvykh i navchal'nykh ihor u sportyvnyy pidhotovtsi yunykhn futbolistiv [The use of mobile and educational games in the sports training of young football players]. *Slobozhans'kyi naukovy-sportyvnyy visnyk*, 1, 47-52. Access <https://doi.org/10.15391/snsv.2018-1.008> [in Ukrainian]
4. Saprun, S., & Korniyenko, S. (2022). Metodichni aspekty vidboru ta rann'oyi ihrovoyi oriyentatsiyi yunykhn futbolistiv z vrakhuvanniam yikh individual'nykh osoblyvostey [Methodical aspects of selection and early game orientation of young football players, taking into account their individual characteristics]. *Naukovyy visnyk Izmayil's'koho derzhavnoho humanitarnoho universytetu*, 58, 128-140. Access [https://doi.org/10.31909/26168812.2022-\(58\)-14](https://doi.org/10.31909/26168812.2022-(58)-14) [in Ukrainian]
5. Titova, H., Boboshko, V., & Mozhyh, S. (2019). Sportyvnyy vidbir na pochatkovykh etapakh pidhotovky yunykhn futbolistiv [Sports selection at the initial stages of training young football players]. *Visnyk Prykarpat's'koho universytetu. Seriya: Fizychna kul'tura*, 33, 96-102. Access <https://doi.org/10.15330/fcult.33.96-102> [in Ukrainian]
6. Ulan, A., & Kos, R. (2022). Vidobrazhennya tendentsiyi do omolodzhennya svitovoho futbolu u chempionatakh riznykh krayin svitu [Reflection of the tendency to rejuvenate world football in the championships of different countries of the world]. *Teoriya i metodyka fizychnoho vykhovannya i sportu*, 3, 27-31. Access mode <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2022.3.27-31> [in Ukrainian]
7. Fortin-Guichard, D., Huberts, I., Sanders, J., van Elk, R., Mann, D. L., & Savelsbergh, G. J. (2022). Predictors of selection into an elite level youth football academy: A longitudinal study. *Journal of Sports Sciences*, 40(9), 984-999. Access <https://doi.org/10.1080/02640414.2022.2044128> [in English]
8. Sarmiento, H., Anguera, M. T., Pereira, A., & Araújo, D. (2018). Talent identification and development in male football: A systematic review. *Sports medicine*, 48, 907-931. Access <https://doi.org/10.1007/s40279-017-0851-7> [in English]
9. Sieghartsleitner, R., Zuber, C., Zibung, M., Charbonnet, B., & Conzelmann, A. (2019). Talent selection in youth football: technical skills rather than general motor performance predict future player status of football talents. *Current Issues in Sport Science (CISS)*, 4, 100-111. Access https://doi.org/10.15203/CISS_2019.011 [in English]
10. Vozniuk, T., Shchepotina, N., Koliadych, Yu., Lazarenko, N., Ihnatova, O., Baiurko, N., Kostiukevych, V., Svirshchuk, N., Perepelytsia, M., & Chyzhevska, N. (2021). Methods of Primary Selection of Young Football Players. *Sport Mont*, 19(S2), 9-15. Access <https://doi.org/10.26773/smj.210902> [in English]

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.6\(179\).23](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.6(179).23)
УДК 796-056.22.73

Ковальова Н. В.
<https://orcid.org/0000-0002-9812-847X>
кандидат наук фізичного виховання,
доцент кафедри оздоровчо-рекреаційної рухової активності
Національний університет фізичного виховання та спорту України, м. Київ
Дмитрів Р. В.
<https://orcid.org/0000-0002-2759-9362>
викладач кафедри оздоровчо-рекреаційної рухової активності
Національний університет фізичного виховання та спорту України, м. Київ
Коваленко К. А.
<https://orcid.org/0009-0001-6893-8690>
викладач кафедри оздоровчо-рекреаційної рухової активності
Національний університет фізичного виховання та спорту України, м. Київ
Ковальов В. О.
<https://orcid.org/0000-0002-312-3227>
старший викладач кафедри оздоровчо-рекреаційної рухової активності
Національний університет фізичного виховання та спорту України, м. Київ

РІВЕНЬ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ЖІНОК ЗРІЛОГО ВІКУ

Статтю присвячено дослідженню рівня рухової активності внутрішньо переміщених жінок зрілого віку. Мета дослідження - визначити рівень рухової активності внутрішньо переміщених жінок зрілого віку.

Для вирішення поставленої мети було використано такі методи: теоретичний аналіз і обробка даних, описовий метод, систематизація й узагальнення наукової та методичної літератури, педагогічне спостереження, Фременгеймська методика та методи математичної статистики.

В статті представлені результати щодо ставлення внутрішньо переміщених жінок зрілого віку до занять спеціально-організованою руховою діяльністю, їхні мотиваційні пріоритети. Досліджено мотиваційні установки внутрішньо переміщених жінок зрілого віку на заняттях спеціально-організованою руховою діяльністю. Встановлено, що на перше місце жінки поставили підтримку й підвищення фізичної підготовленості. Друге місце посів варіант – відволікання від проблем та негараздів, третє місце жінки віддали – пошуку нових знайомств.

За допомогою Фременгеймської методики був досліджений рівень рухової активності внутрішньо переміщених жінок зрілого віку. Представлені дані результатів дослідження. Встановлено, що жінки мають низькі показники високого та середнього рівня рухової активності. Висвітлена необхідність включення в режим дня (робочого та