

Шпичка Т. А.
старший преподаватель кафедры физического воспитания
Национальный университет пищевых технологий Украины
Степанюк В. В.
преподаватель кафедры физического воспитания
Национальный университет пищевых технологий Украины

ОСОБЕННОСТИ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ 8-10 ЛЕТ

В данной статье рассмотрены особенности педагогического контроля функционального состояния юных футболистов 8-10 лет. Изучены основные положения по контролю и планированию подготовки футболистов. Проанализированы практические аспекты определения функционального состояния юных футболистов 8-10 лет. Определены анатомо-физиологические особенности развития и деятельность организма юных футболистов 8-10 лет. Установлено, исходя из проведенных исследований, что целесообразно проведение исследований, направленных на экспериментальное обоснование разных вариантов тестирования юных футболистов на этапе начальной подготовки.

Ключевые слова: педагогический контроль, функциональное состояние, этап начальной подготовки, футболисты 8-10 лет.

Шпичка Т.О., Степанюк В.В. Особливості педагогічного контролю функціонального стану юних футболістів 8-10 років. У даній статті розглянуті особливості педагогічного контролю функціонального стану юних футболістів 8-10 років. Вивчено основні положення з контролю і планування підготовки футболістів. Проаналізовано практичні аспекти визначення функціонального стану юних футболістів 8-10 років. Визначено анатомо-фізіологічні особливості розвитку і діяльність організму юних футболістів 8-10 років. Встановлено, що доцільно проведення досліджень, спрямованих на експериментальне обґрунтування різних варіантів тестування юних футболістів на етапі початкової підготовки.

Ключові слова: педагогічний контроль, функціональний стан, етап початкової підготовки, футболісти 8-10 років.

Shpichka T, Stepanyuc V. Features of pedagogical control of the functional status of young football players 8-10 years. In modern training of athletes, both in individual and in team sports, functional diagnostics is used to assess performance and determine the effectiveness of the training process. Assessment of the functional state is also an integral part of the training process of young football players.

In practice, thanks to the data of regular pedagogical control of the functional state of young football players, it is possible to track changes in physical performance in the course of training. In some particular cases, it is possible to predict a sports result based on the results of functional testing.

Since the method of pedagogical control of the functional state of young football players of 8-10 years is of fundamental importance in sports practice, this paper will discuss the main parameters obtained as a result of control tests of athletes of this age and who have the greatest value in terms of coaching practice.

This article discusses the features of pedagogical control of the functional state of young football players 8-10 years old. We studied the basic provisions for the control and planning of the preparation of football players. Analyzed the practical aspects of determining the functional status of young football players 8-10 years. The anatomical and physiologic features of the development and activity of the body of young football players of 8-10 years are determined. It has been established on the basis of the conducted research that it is expedient to conduct research aimed at the experimental substantiation of various testing options for young football players at the initial training stage.

Key words: pedagogical control, functional state, initial training stage, football players 8-10 years.

Постановка проблемы. В современной подготовке спортсменов, как в индивидуальных, так и в игровых видах спорта, функциональная диагностика используется для оценки работоспособности и определения эффективности тренировочного процесса В.Н. Платонов (2013).

Оценка функционального состояния является также неотъемлемой частью тренировочного процесса юных футболистов В.А. Выжгин (1999), В.В. Соломонко (2005).

На практике, благодаря данным регулярного педагогического контроля функционального состояния юных футболистов, можно отслеживать изменения физической работоспособности по ходу подготовки. В некоторых частных случаях, можно на основе результатов функционального тестирования прогнозировать спортивный результат В.Н. Шамардин (1997).

Поскольку методика педагогического контроля функционального состояния юных футболистов 8-10 лет имеет принципиальную важность в спортивной практике, то в данной работе будут рассмотрены основные параметры, получаемые в результате проведения контрольных тестов спортсменов данного возраста и которые имеют наибольшую ценность с точки зрения тренерской практики.

Анализ последних исследований и публикаций. Как показывает анализ последних исследований, необходимым условием эффективного управления многолетней подготовкой юных футболистов является правильное планирование. Оно дает возможность определить основные направления подготовки, распределить их по времени, выбрать оптимальные средства и методы решения задач.

Отдельные исследования в отечественной и зарубежной спортивной литературе, касаются особенностей педагогического контроля функционального состояния юных футболистов, который является одним из важных условий совершенствования всей системы тренировки. При помощи данного вида контроля упорядочивается планирование процесса будущей тренировки. А планирование тренировки в свою очередь должно обязательно основываться на контроле физического состояния спортсмена, уровня его технической и тактической подготовленности.

Таким образом, вышеназванная проблема, с одной стороны, еще не в полной мере раскрыта, а с другой - несомненно, важна для совершенствования подготовки юных футболистов 8-10 лет. Разработке этой актуальной проблеме и будут посвящены наши исследования, которые проводились в рамках темы 2.3 "Совершенствование системы подготовки на современном этапе развития футбола" Сводного плана НИР в области физической культуры и спорта Министерства по делам семьи, молодежи и спорта на 2016-2020 гг. (номер государственной регистрации 0111U001722).

Цель исследования – провести теоретический анализ особенностей педагогического контроля функционального состояния юных футболистов 8-10 лет.

Изложение основного материала исследования.

Система комплексного контроля в спорте — это совокупность упорядоченных определенным образом, взаимосвязанных и взаимодействующих друг с другом подсистем педагогического, медико-биологического, психологического контроля, объединённых общей целью, объективной оценки функционального состояния игрока и команды на различных этапах подготовки [4, 5, 13].

Контроль призван координировать действия всех элементов системы многолетнего совершенствования футболистов. Он выступает как оперативное управление, обеспечивающее непрерывное сравнение фактических результатов с планами и соответствующее корректирование подготовки футболистов [7].

Основные виды контроля:

Оперативный контроль - это контроль за оперативным состоянием спортсмена, в частности за готовностью к выполнению очередного упражнения, к проведению игры. Он направлен на оценку реакций организма спортсмена на тренировочные или соревновательные нагрузки, качество исполнения технических приемов и комбинаций в целом.

Текущий контроль - это оценка результатов контрольных соревнований, динамики нагрузок и их соотношений, анализ изменений уровня подготовленности футболистов, уровня развития техники и тактики.

Этапный контроль - это измерение и оценка в конце этапа (периода) подготовки различных показателей соревновательной и тренировочной деятельности спортсмена, динамики нагрузок и спортивных результатов на соревнованиях или в специально организованных условиях [12].

Комплексный контроль - это измерение и оценка различных показателей в циклах тренировки с целью определения уровня подготовленности спортсмена (табл. 1).

Комплексность контроля реализуется только тогда, когда регистрируются две группы показателей:

- 1) показатели тренировочных и соревновательных воздействий;
- 2) показатели функционального состояния и подготовленности спортсмена, зарегистрированные в стандартных условиях [7, 9].

В целом в систему комплексного контроля входят педагогический, медико-биологический, и психологический контроль.

Педагогический контроль включает совокупность организационно-методических мероприятий по оценке эффективности учебно-тренировочного процесса, а также спортивных результатов, осуществляемых тренером.

Таблица 1

Основное содержание комплексного контроля и его разновидности

Разновидности комплексного контроля	Направления контроля		
	Контроль за соревновательными и тренировочными нагрузками	Контроль за состоянием и подготовленностью спортсменов	Контроль за состоянием внешней среды
	Контроль соревновательной деятельности (СД)	Контроль тренировочной деятельности (ТД)	
Этапный	а) измерение и оценка различных показателей на соревнованиях, завершающих определенный этап подготовки б) анализ динамики показателей СД на всех соревнованиях этапа	а) построение и анализ динамики нагрузки на этапе подготовки б) суммирование нагрузок по всем показателям за этап и определение их соотношения	Измерение и оценка показателей контроля в специально-организованных условиях в конце этапа подготовки За климатическими факторами (температура, влажность, ветер, солнечная радиация), за качеством инвентаря, оборудования, покрытий спортивных сооружений, характеристикой трасс соревнований и тренировки, скольжением, поведением зрителей и объективностью
Текущий	Измерение и оценка показателей на соревновании, завершающем макроцикл тренировки (если она предусматривается планом)	а) построение и анализ динамики нагрузки в микроцикле тренировки б) суммирование нагрузок по всем характеристикам за микроцикл и определение их	Регистрация и анализ повседневных измерений подготовленности спортсменов, вызванных систематическими тренировочными занятиями судейства на соревнованиях и их влиянием на результаты в спортивных соревнованиях и контрольных тренировочных занятиях.

		содержания	
Оперативный	Измерение и оценка показателей на соревновании	Измерение и оценка физических и физиологических характеристик нагрузки упражнений, серии упражнений, тренировочного занятия.	Измерение и анализ показателей, информативно отражающих изменение состояния спортсменов в момент или сразу после упражнения и занятий

Медико-биологический контроль предусматривает совокупность мероприятий, направленных на оценку здоровья, функциональных возможностей организма футболиста с учетом реакции его систем на различные тренировочные и соревновательные нагрузки.

Психологический контроль включает совокупность показателей средств, методов, мероприятий по оценке индивидуально-типологических особенностей личности спортсмена, общих и специальных психомоторных способностей, психических состояний в экстремальных (стрессовых) условиях соревнований, социально-психологических характеристик спортивных коллективов [8, 10].

В этом возрасте значительно меняются строение и деятельность организма [2, 16].

Ведущую роль в развитии функций организма играет центральная нервная система, и прежде всего ее высший отдел - кора головного мозга. Анатомическое развитие нервной системы ко времени полового созревания почти полностью завершается. Процесс созревания ядра двигательного анализатора в мозгу заканчивается к 12-13 годам.

Перестройка функций коры больших полушарий находит свое отражение в поведении детей, в их психике. Дети в этом возрасте очень эмоциональны, однако поддаются внушению старших. Авторитет тренера у детей младшего возраста очень велик. Принцип дружбы у мальчиков носит чисто внешний характер. У детей появляется стремление проверить свои силы в той или иной деятельности, добиться каких-либо достижений. Интересы детей становятся более разнообразными, но не обладают еще достаточной емкостью.

Существенные изменения происходят в мышлении и памяти детей младшего школьного возраста. В процессе обучения и воспитания развивается способность к логическому рассуждению и абстрактному мышлению. Появляется критический подход к изучаемым движениям. Изменения в работе памяти выражаются в том, что запоминание идет не от конкретных явлений к обобщению, а от общего представления к восстановлению в памяти отдельных деталей конкретных явлений действительности. Поэтому изучение техники футбола в этом возрасте целесообразно вести целостным методом с некоторым акцентом на деталях его выполнения. При этом память на движения у детей с возрастом изменяется как в количественном, так и в качественном отношении. Способность к запоминанию у детей весьма быстро растет в период от 7 до 12 лет.

В возрасте 9-10 лет возрастает контролирующая роль коры головного мозга. По мере образования новых и более сложных кортикальных систем деятельность больших полушарий становится все более тонкой и сложной. Быстрее происходит образование условных рефлексов, динамические стереотипы двигательных навыков, закрепленные в младшем школьном возрасте, обладают значительной устойчивостью и способны сохраняться в течение многих лет.

У детей 8-10 лет наступают и некоторые изменения в костной системе. Процессы роста и развития скелета во многом определяются характером деятельности организма, упражнением его двигательной функции. Для костной ткани движения являются одним из важнейших биологических стимуляторов, оказывающих влияние на рост, формирование и функциональные способности скелетной системы.

Следует отметить, что изгибы позвоночника только начинают формироваться, позвоночник детей очень податлив, при неправильных исходных положениях, сопровождаемых длительными напряжениями, возможны искривления. Это объясняется недостаточным развитием мускулатуры мальчиков, поэтому очень важно детям 8-10 лет давать упражнения, способствующие укреплению позвоночных мышц, с тем, чтобы развитие кривизны позвоночного столба происходило без отклонений [8].

При занятиях футболом большую нагрузку несут нижние конечности. Тренеры должны знать, что процессы окостенения у детей еще не завершены. Поэтому в занятиях нужно уделять больше внимания упражнениям, способствующим укреплению стопы.

Интенсивное развитие скелета детей младшего школьного возраста тесно связано с формированием их мышц, сухожилий и связочно-суставного аппарата.

Вес мышц у мальчиков 8 лет составляет 27% веса тела, в возрасте 12 лет - 29,4%. Одновременно с увеличением веса мышц совершенствуются и их функциональные свойства, обогащаются иннервационные отношения.

Мышцы в этом возрасте развиваются неравномерно: быстрее крупные мышцы, медленнее - малые. Это одна из причин того, что мальчики плохо справляются с заданием тренера выполнить упражнения на точность. Двигательная деятельность обуславливает не только развитие опорно-двигательного аппарата, но и функциональные возможности внутренних органов и систем.

Особенно важное значение для здоровья и полноценного функционирования организма мальчиков 8-10 лет имеет формирование и функциональное состояние аппарата кровообращения. На всем протяжении развития организма наблюдается нормальное взаимоотношение между развитием сердечно-сосудистой системы и массой тела, относительный вес сердца на 1 кг веса тела с возрастным уменьшается. Особенно выраженное уменьшение отмечается в возрасте 10-11 лет [15]. Сердце у мальчиков 8-10-летнего возраста маленькое. Пульс в покое равен 80-95 уд/мин, при нагрузке достигает 140-170 уд/мин. Отмечая способность 9-12-летних футболистов быстро приспосабливаться к совершаемой работе, необходимо иметь представление о некоторых особенностях их сердечной деятельности. Так, сердце мальчика при физической нагрузке затрачивает больше энергии, чем сердце взрослого, так как увеличение минутного объема крови

происходит у детей и подростков в основном за счет учащения сердечной деятельности при незначительном увеличении ударного объема.

В тесной связи с сердечно-сосудистой системой функционируют органы дыхания. Размеры и функциональные возможности дыхательного аппарата с возрастом увеличиваются. Окружность грудной клетки и размеры ее дыхательных движений прогрессивно возрастают. У мальчиков в возрасте от 7 до 12 лет окружность грудной клетки увеличивается от 60 до 68 см; жизненная емкость легких возрастает с 1400 до 2200 мл. Развитие силы дыхательных мышц детей обеспечивает большую глубину дыхания, создает возможность для значительного увеличения легочной вентиляции, необходимой во время интенсивной мышечной работы. У мальчиков сила дыхательных мышц с возрастом изменяется, однако наибольшее ее увеличение наблюдается в возрасте от 8 до 10 лет. При этом наблюдается значительное увеличение легочной вентиляции. Частота дыхания в этом возрасте в среднем равна 20-22 в минуту [2]. Суммируя изложенные здесь данные анатомо-физиологических особенностей организма детей младшего школьного возраста, следует отметить, что функциональные возможности детей 8-10 лет невысоки, непрерывные процессы развития, происходящие в организме, требуют внимательного педагогического контроля при занятиях футболом [6].

Широко используемый тренерами в последнее время термин «Функциональное состояние» в футболе четкого определения не имеет и может рассматриваться, как минимум, в двух смыслах: 1) широкое понимание термина «функциональное состояние» подразумевает как биологические составляющие (физическая готовность, восполнение энергоресурсов и др.), так и технико-тактическую оснащенность футболиста; 2) в узком понимании «функциональное состояние» означает уровень биологических возможностей игрока для выполнения специфической работы на поле [1].

Педагогический контроль функционального состояния юных футболистов является одним из важных условий совершенствования всей системы тренировки. При помощи данного вида контроля упорядочивается планирование процесса будущей тренировки. А планирование тренировки в свою очередь должно обязательно основываться на контроле физического состояния спортсмена (табл. 2 и табл. 3), уровня его технической и тактической подготовленности. Поэтому в распоряжении тренера должны быть: тест-упражнения и тест - несколько взаимосвязанных между собой упражнений [11].

Таблица 2

Общая физическая подготовка юных футболистов 8-10 лет [Кузнецов А.А., 2008]

Специализация и направленность	Вид упражнения	8 - 9 лет					10 лет					
		Оценка результатов в баллах					Оценка результатов в баллах					
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
Общая физическая подготовка	Для полевых игроков и вратарей											
	Скорость	Бег 10 м (сек)	2,8	2,6	2,4	2,3	2,2	2,8	2,6	2,4	2,3	2,2
		Бег 30 м (сек)	6,0	5,9	5,7	5,5	5,3	5,9	5,7	5,5	5,3	5,2
		Бег 50 м (сек)	8,8	8,7	8,6	8,4	8,2	8,7	8,6	8,4	8,2	8,0
		Бег 60 м (сек)	10,6	10,5	10,3	10,1	9,9	10,5	10,3	10,1	9,9	9,7
	Скоростная выносливость	Челночный бег 3x10 (сек)	10,1	10,0	9,8	9,5	9,1	10,0	9,8	9,5	9,1	8,8
		Бег 300 м (сек)	70	68	66	64	62	66	65	64	63	62
	Выносливость	Бег 6 мин (м)	<700	750-850	850-900	950-1000	>1100	750-850	850-950	950-1100	1100	>1150
	Скоростно-силовая	Прыжок в длину с места (см)	120	130	140	155	160	130	135	145	160	165
		3-х кратный прыжок (см)	390	400	410	420	430	400	410	420	430	440
		Многоскоки 8-кратные	9,0	9,3	9,5	10,0	10,5	9,5	9,7	10,0	10,5	11,0
	Сила	Подтягивание на перекладине (раз)	1	1	2	3	4	1	2	3	4	5

Таблица 3

Специальная физическая подготовка юных футболистов 8-10 лет [Кузнецов А.А., 2008]

Специализация и направленность	Вид упражнения	8 - 9 лет					10 лет					
		Оценка результатов в баллах					Оценка результатов в баллах					
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	
СФП	Для полевых игроков											
	Скоростно-силовая	Вбрасывание мяча руками (м)	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10
	Для полевых игроков и вратарей											
Скоростно-силовая	Удары по мячу на дальность (м)	16	18	20	22	24	20	22	24	26	28	
Скорость	Бег 30 м с ведением мяча (сек)	7,2	7,1	7,0	6,9	6,8	7,0	6,9	6,8	6,7	6,5	

Информация о физическом состоянии юного футболиста может быть предоставлена комплексом показателей, отражающих все виды подготовки. Тренер должен стремиться к целенаправленному изменению этих показателей за счёт управления тренировочными нагрузками.

В практической работе тренеру приходится учитывать следующие виды состояний: устойчивое, текущее, оперативное. Устойчивое состояние сохраняется в течении относительно длительного промежутка времени - несколько недель или даже месяцев. Показатели, характеризующие устойчивое состояние, могут служить основой для перспективного планирования тренировочного процесса. Текущее состояние - это такое, в котором находится спортсмен, выполнивший одно или серию тренировочных занятий. Известно, что любое тренировочное занятие оставляет "следы", сохраняющиеся несколько дней. Глубина и характер всех этих сдвигов характеризуют текущее состояние и служат основой для планирования нагрузки на следующее тренировочное занятие. Оперативным называется такое состояние, в которое приходит организм спортсмена после того, как он выполнил одно или серию физических упражнений. Оперативное состояние очень кратковременно, но контроль за ним является основой для управления тренировочной нагрузкой в ходе самого занятия [3, 5].

Выводы. Систематические занятия футболом от 8 до 10 лет вызывают положительные изменения в функциональном и физическом развитии организма мальчиков. Общее воздействие занятий футболом на организм проявляется в периоде второго детства в виде повышения уровня физической работоспособности, укорочения времени сложной двигательной реакции, увеличения максимальной частоты движений.

Наиболее информативным критерием педагогического контроля, отражающим функциональное состояние и физическое развитие организма при занятиях футболом мальчиков 8-10 лет, является величина физической работоспособности, максимальное потребление кислорода, время сложной двигательной реакции, максимальная частота движений кистью. При тренировке детей 8-10 лет, занимающихся футболом не менее года, целесообразно уделять внимание воспитанию скорости и координационных способностей. Базой для этого является достаточный прирост под влиянием занятий футболом физической работоспособности.

Перспективы дальнейших исследований. Учитывая вышесказанное, целесообразно проведение исследований, направленных на экспериментальное обоснование разных вариантов тестирования юных футболистов на этапе начальной подготовки.

Литература

1. Базилевич О.П. Организация игры при подготовке футболистов высокой квалификации: метод. пособие / О.П. Базилевич. – К.: Український письменник, 2011. – 71 с.
2. Выжгин В.А. Футбол: Учебник для институтов физической культуры / В.А.Выжгин, М.С. Полишкис. — М.: Физкультура, образование и наука, 1999. — 254 с., ил.
3. Губа В.П., Лексаков А.В. Теория и методика футбола: учебник / В.П. Губа, А.В. Лексаков. – М.: Советский спорт, 2013. – 536 с. : ил.
4. Искусство подготовки высококлассных футболистов: научно-метод. пособие / ред. Н.М.Люшкинов. - 2-е изд., испр., доп. – М.: Сов. спорт, 2006. - 432 с.
5. Туманян Г.С. Стратегия подготовки чемпионов: настольная книга тренера / Г.С.Туманян. – М.: Сов. спорт, 2006. - 496 с.
6. Соломонко В.В., Лисенчук Г.А., Соломонко О.В. Футбол. Підручник для студентів ВНЗ ФВ і С. Олімпійська література. – Київ 2005. - 295с.
7. Монаков Г.В. Подготовка футболистов. Теория и практика / Г.В.Монаков. - 2-е изд., стереотип. – М.: Сов. спорт, 2007. - 288 с.: ил.
8. Николаенко В. В. Рациональная система многолетней подготовки футболистов к достижению высшего спортивного мастерства / В.В. Николаенко. – К.: Саммит-книга, 2014. – 336 с.
9. Николаенко В. В. Многолетняя подготовка юных футболистов. Путь к успеху: учеб. - метод. пособие / В.В. Николаенко, В.Н. Шамардин. – К.: Саммит-книга, 2015. – 360 с: ил.
10. Костюкевич В. М. Управление тренировочным процессом футболистов в годичном цикле подготовки: монография / В. М. Костюкевич. – Винница: Планер, 2006. – 683 с.
11. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. I этап (8-10 лет) – М.: Олимпия, Человек, 2008. – 112 с.
12. Лисенчук Г. А. Управление подготовкой футболистов : монография / Г.А. Лисенчук. — К. : Олимп. лит. – 2003. – 271 с.
13. Петухов А. А. Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов. Проблемы и пути решения : монография / А. В. Петухов. – М. : Советский спорт, 2006. – 232 с.
14. Платонов В. Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение / В. Н. Платонов. – К.: Олимп. лит., 2013. – 624 с.
15. Футбол: навч. програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву та шкіл вищої спортивної майстерності / за ред. Ніколаєнка В. В., Авраменка В. Г., Гончаренка В. І. [та ін.]. – К. : Наук.-метод. комітет ФФУ, 2003. – 106 с.
16. Шамардин В.Н. Футбол: учеб. пособие для студ., преподавателей спец. учеб. заведений, а также тренеров / В. Н. Шамардин, В. Г. Савченко. - Днепропетровск: Пороги, 1997. - 238 с

References

1. Bazilevich O.P. (2011) "Organization of the game in the preparation of highly qualified football players": method. manual, Ukrainian writer, 71 p.

2. Vyzhgin V.A. (1999) "Football: A textbook for institutes of physical culture", Physical Culture, Education and Science, 254 p., il.
3. Guba V.P., Lexakov A.V. (2013) "Theory and methods of football: a textbook", Soviet Sport, 536 p. : il
4. Lukshinov N.M. (2006) "The art of preparing high-class football players: scientific method. manua", 2nd ed., Rev., ext., Owls. Sport, 432 p.
5. Tumanyan G.S. "Champions training strategy: coach handbook", Owls. Sport, 2006. - 496 p.
6. Solomonko V.V., Lisenchuk G.A., Solomonko O.V. (2005) "Football. Pidruchnik for students VNZ FV and S." Olimpiyska literature, 295 p.
7. Monakov G.V. (2007) "Preparing football players". Theory and practice, 2nd ed., Stereotype., Owls. Sport, 288 p., il.
8. Nikolayenko V.V. (2014) "Rational system of long-term preparation of football players to achieve higher sportsmanship", Summit Book, 336 p.
9. Nikolayenko V.V., Shamardine V.N. (2015) "Long-term training of young football players. The path to success", studies. - method. Allowance, Summit-book, 360 p., il.
10. Kostyukevich V. M. (2006) "Management of the training process of football players in the annual training cycle": monograph, Planer, 683 p.
11. Kuznetsov A. A. (2008) "The organizational and methodological structure of the training process in a football school", Stage IV (8-10 years), Olympia; Man, 112 p.
12. Lysenchuk G. A. (2003) "Managing the preparation of football players": monograph, Olympus. lit., 271 p.
13. Petukhov A. B. (2006) "Football. Formation of the basics of individual technical and tactical skills of young football players. Problems and solutions": monograph, Soviet Sport, 232 p.
14. Platonov V.N. (2013) "Periodization of sports training. General theory and its practical application", Olympus. lit., 624 p.
15. Nikolayenko V.V., Avramenko V.G., Goncharenko V.I. (2003) "Football: advanced program for child-youth sports school, special child-youth school olympian reserve school sports training", Science.-method. FFU committee, 106 p.
16. Shamardin V.N. (1997) "Football: studies. manual for students., teachers special. studies. institutions, as well as coaches", Thresholds, 238 p.

Ярмоленко М. А.,
доцент кафедри професійного, неолімпійського та адаптивного спорту,
кандидат наук з фізичного виховання і спорту,
Національний університет фізичного виховання та спорту України

ЕФЕКТИВНІСТЬ ВПРОВАДЖЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ З ФУТБОЛУ ДЛЯ ОСІБ З ВІДХИЛЕННЯМИ РОЗУМОВОГО РОЗВИТКУ В СПЕЦІАЛЬНОМУ КОРЕКЦІЙНОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ

У статті автор експериментальним шляхом перевірів ефективність розробленої навчальної програми Спеціальних Олімпіад з футболу, яка була апробована в процесі підготовки дітей восьми років з різним ступенем відхилення розумового розвитку. Даний проект був впроваджений на базі спеціалізованої школи-інтернату №15 м. Києва. В експерименті брали участь 18 чоловік з легким, середнім та важким ступенями відхилення розумового розвитку, які раніше ніколи не займалися футболом. В залежності від ступеня відхилення розумового розвитку, спортсмени були розділені на групи по шість осіб. Тривалість послідовного експерименту складала чотири місяці (два етапи по вісім тижнів). Для оцінки технічної підготовленості використовувалися наступні тестові завдання: 30 м з обведенням стійок; кидання м'яча з-за голови; обведення стійок 10 м і удар по воротах; удар провідною ногою по м'ячу на дальність; удар по м'ячу на точність.

Ключові слова: адаптивний спорт, особи з відхиленнями розумового розвитку, Спеціальні Олімпіади, футбол, навчальна програма.

Ярмоленко М. А. Эффективность внедрения учебной программы по футболу для лиц с отклонениями умственного развития в специальном коррекционном образовательном учреждении. В статье автор экспериментальным путем проверил эффективность разработанной учебной программы Специальных Олимпиад по футболу, которая была апробирована в процессе подготовки занимающихся восьми лет с разной степенью отклонения умственного развития. Данный проект был внедрен на базе Специализированной школы-интерната №15 г. Киева. В эксперименте приняли участие 18 человек с легкой, умеренной и тяжелой степенями отклонения умственного развития, которые ранее никогда не занимались футболом. В зависимости от степени отклонения умственного развития, спортсмены были разделены на группы по шесть человек. Длительность последовательного эксперимента составила четыре месяца (два этапа по восемь недель). Для оценки технической подготовленности использовались следующие тестовые задания: 30 м с обводкой стоек; бросание мяча из-за головы; обводка стоек 10 м и удар по воротам; удар ведущей ногой по мячу на дальность; удар по мячу на точность.

Ключевые слова: адаптивный спорт, лица с отклонениями умственного развития, Специальные Олимпиады, футбол, учебная программа.

Yarmolenko M. The effectiveness of the implementation of the football program for people with mental disabilities in special correctional educational institution. In the article, the author experimentally tested the effectiveness of the football program for people with mental disabilities, which was tested in the process of preparing for eight years pupils with different degrees of mental disabilities (MD). This project was implemented on the basis of the specialized school №15 in Kiev. The experiment was