

та вищим рівнем підготовленості показники знань про ІГТ вищі, ніж у гирьовиків-розрядників і КМС.

3. Виявлено основні чинники, що вказують на причини незастосування ІГТ, серед яких: незнання про ІГТ, недовіра, велика вартість і низька доступність застосування ІГТ у гирьовому спорті.

ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ полягають у виявленні можливості застосування інтервального гіпоксичного тренування у підготовці спортсменів-гирьовиків для збереження й підвищення високої фізичної працездатності.

ЛІТЕРАТУРА

1. Булгакова Н. Ж. Особливості впливу безперервного та інтервального методів тренування // Теорія і практика фізичної культури. – 1981. – С. 3–14.
2. Верхошанский Ю.В. Теорія і методологія спортивної підготовки: блокової системи тренування спортсменів високого класу // Теорія і практика фіз. культури. – 2005. – № 4. – С. 2–14.
3. Волков Н. І. Інтервальне тренування в спорті. – М. : Фізкультура і спорт, 2000. – 162 с.
4. Колчинская А. З. Дихання при гіпоксії: Керівництво з фізіології. – Т. Дихання. – М. ; Л. : Наука, 1996.
5. Хоточкіна Л. В., Стаценко Н. І. Інтервальне гіпоксичне тренування як засіб поліпшення фізичного стану веслярів високої кваліфікації, підвищення працездатності // Hypoxia Medical J. 1993. – № 2. – С. 38–40.
6. Ehrenbourg, I.V. The efficiency of interval hypoxic training in therapy of chronic obstructive pulmonary diseases / I.V. Ehrenbourg, I.I. Kondrykinskaya // Hypoxia Medical J. 1993. – № 1. – P. 17.
7. Hamlin M.J., Hellemans J. Effect of intermittent normobaric hypoxic exposure at rest on haematological, physiological, and performance parameters in multi-sport athletes // Journal Sports Sciences. – February 15th 2007; 25(4): 431 – 441.
8. Hellemans J. Intermittent Hypoxic Training, A Pilot Study // PROCEEDINGS from the Gatograd International Triathlon Science II Conference Noosa Australia, Nov. 7 – 8, 1999.
9. Kolchinskaya A.Z., Darsky A.M. A special protocol for Calculating the parameters of body oxygen regimen and Computer calculation of hypoxia degree. // Hypoxia Med. J.–1993.–N 1.–P.10–13.
10. Whyte P.G., Lane A., Pedlar C., Godfrey R. Intermittent hypoxic training in process of pre-acclimation among GB biathlon team preparing for the 2002 Olympic Games // 12th Commonwealth International Sport Conference. Theses of reports. – Manchester, 2002, 19-23 July. – P.435.
11. Wilkie K. Hypoxicator // Fitness and Speed Skating Times, Nov 2000. USA – P.11.

Николаенко В. В.

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины

ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПРОЦЕСС В СИСТЕМЕ МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ: СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ

Анализ литературных данных и обобщение отечественного и международного практического опыта позволяют сделать некоторые заключения о том, что особенности управления подготовкой футболистов, включая методы и формы организации, в Украине и странах Западной Европы различаются. Эти различия логически вытекают из целей, задач, а также особенностей стратегии подготовки спортсменов. Представляется, что, именно, целевая направленность на долгосрочную подготовку перспективных футболистов, должна определять организационно-методические особенности тренировочного процесса в Украине.

Цель исследования – осуществить сравнительный анализ организационно-методических особенностей многолетней подготовки юных спортсменов в ведущих футбольных странах Западной Европы и в Украине. В качестве материала для исследований привлечена информация, которая содержится в программно-нормативных документах и учебных программах ведущих европейских футбольных клубов и федераций. Рассмотрены особенности управления подготовкой юных футболистов в Украине и странах Западной Европы, включая методы и формы организации, а также критерии оценки эффективности тренировочного процесса. Установлено, что целевой установкой украинских тренеров детско-юношеских футбольных команд является достижение текущего результата, а не обеспечение высокого качества и эффективности тренировочного процесса, направленного на индивидуальное развитие и подготовку креативного игрока.

Обоснованы подходы к внесению изменений в практику многолетней подготовки юных футболистов в Украине. Полученные результаты могут быть положены в основу исследований, посвященных научному обоснованию подходов к адаптации опыта стран Западной Европы в сфере организации тренировочного процесса и проведения детских соревнований к условиям других стран.

Ключевые слова: юные футболисты, организация, многолетняя подготовка, соревнования, мотивация, Западная Европа, Украина.

Николаенко В. В. Тренувальний процес у системі багаторічної підготовки юних футболістів: порівняльний аналіз. Аналіз літературних даних та узагальнення вітчизняного та міжнародного практичного досвіду дозволяють зробити деякі висновки про те, що особливості управління підготовкою футболістів, включаючи методи і форми організації, в Україні та країнах Західної Європи різняться. Ці відмінності логічно випливають з цілей, завдань, а також особливостей стратегії підготовки спортсменів. Видається, що, саме, цільова спрямованість на довгострокову підготовку перспективних футболістів, повинна визначати організаційно-методичні особливості тренувального процесу в Україні.

Мета дослідження - здійснити порівняльний аналіз організаційно-методичних особливостей багаторічної підготовки юних спортсменів у провідних футбольних країнах Західної Європи і в Україні. Як матеріал для досліджень залучена інформація, яка міститься в програмно-нормативних документах і навчальних програмах провідних європейських футбольних клубів і федерацій. Розглянуто особливості управління підготовкою юних футболістів в Україні та країнах Західної Європи, включаючи методи і форми організації, а також критерії оцінки ефективності тренувального процесу. Встановлено, що цільовою установкою українських тренерів дитячо-юнацьких футбольних команд є досягнення поточного результату, а не забезпечення високої якості та ефективності тренувального процесу, спрямованого на індивідуальний розвиток і підготовку креативного гравця.

Обґрунтовано підходи до внесення змін в практику багаторічної підготовки юних футболістів в Україні. Отримані результати можуть бути покладені в основу досліджень, присвячених науковому обґрунтуванню підходів до адаптації досвіду країн Західної Європи в сфері організації тренувального процесу і проведення дитячих змагань до умов інших країн.

Ключові слова: юні футболісти, організація, багаторічна підготовка, змагання, мотивація, Західна Європа, Україна.

Nikolaenko V.V. Training lessons in system of long term preparation process of young football players: comparative analysis. Analysis of published data and generalization of domestic and international experience can make some conclusions about that particular management training footballers, including methods and forms of organization in Ukraine and Western Europe differ. These differences follow logically from the objectives, goals, strategies and features of training athletes. It seems that, namely, goal orientation, long-term perspective on the footballers should determine the organizational and methodological features of the training process in Ukraine.

The purpose of the study - to carry out a comparative analysis of organizational and methodological features of long-term training of young athletes in the leading football countries in Western Europe and in Ukraine. As a material for research involved the information contained in the software and regulations and training programs of leading European football clubs and federations. The features of management training young footballers in Ukraine and the countries of Western Europe, including the methods and forms of organization, and the criteria for evaluating the effectiveness of the training process. Found that the desired installation Ukrainian coaches youth soccer teams is to achieve this result, rather than providing high quality and efficiency of the training process aimed at personal development and training, creative player. The approaches to making changes in the practice of long-term training of young footballers in Ukraine.

The results can be the basis for research on the scientific substantiation of the approaches to adapting the experience of Western Europe in the training process of the children's competitions and the conditions in other countries.

Key words: young footballers, the organization, long-term preparation, competition, motivation, Western Europe, Ukraine.

Введение. Тенденции развития современного спорта предопределяют разработку долговременных программ по подготовке высококвалифицированного спортивного резерва для профессионального спорта. Это в полной мере относится и к футболу. Подготовка юных спортсменов должна базироваться на стройной преемственной методике тренировки, обеспечивающей эффективное становление спортивного мастерства, систематический рост функциональных возможностей и должную их реализацию [4, 7]. При этом основным критерием эффективности тренировочного процесса на начальных этапах подготовки юных футболистов должно быть планомерное развитие двигательных качеств и приобретение двигательных навыков, а только потом успешность соревновательной деятельности [2, 15].

Вместе с тем, анализ литературных данных и обобщение отечественного и международного практического опыта позволяют сделать некоторые заключения о том, что особенности управления подготовкой футболистов, включая методы и формы организации, в Украине и странах Западной Европы различаются. Эти различия логически вытекают из целей, задач, а также особенностей стратегии подготовки спортсменов. По мнению заслуженного тренера Украины П.А. Пономаренко, если идти к мастерству через результаты, то к цели приближаешься быстро, но от мастерства дальше. Если

к результату іти через мастерство, то путь к цели будет длиннее, но зато к совершенству все ближе [5].

Представляется, что, именно, целевая направленность на долгосрочную подготовку перспективных футболистов, должна определять организационно-методические особенности тренировочного процесса в Украине.

Исследования проводилось в рамках темы 2.3 "Научно-методические основы совершенствования системы подготовки спортсменов в футболе с учетом особенностей соревновательной деятельности" Сводного плана НИР в области физической культуры и спорта Министерства по делам семьи, молодежи и спорта на 2011-2015 гг. (номер государственной регистрации 0111U001722), которая выполняется на кафедре футбола Национального университета физического воспитания и спорта Украины.

Цель работы – осуществить сравнительный анализ организационно-методических особенностей многолетней подготовки юных спортсменов в ведущих футбольных странах Западной Европы и в Украине. В качестве материала для исследований привлечена информация, которая содержится в программно-нормативных документах и учебных программах ведущих европейских футбольных клубов и федераций.

Методы исследования: анализ специальной литературы; анализ программно-нормативных документов и учебных программ; метод сравнения и сопоставления; метод педагогического наблюдения.

Результаты исследования. Анализ реального положения в украинском детско-юношеском футболе, показал наличие ряда закономерностей и нерешенных проблем:

- уровень футбола в стране неизбежно падает в том случае, когда тренеров в большей степени волнует спортивный результат, чем стиль игры или естественное проявление творчества и мастерства юными игроками. И это закономерно, поскольку статус детско-юношеской спортивной школы, как и критерии оценки эффективности работы тренера, по-прежнему определяются спортивными достижениями команд, количеством подготовленных разрядников, а не индивидуальным развитием и личностным ростом игрока, не качеством процесса обучения и игры команды [1, 3, 6];

- качество обучения юных футболистов снижается в условиях, когда включая их в регулярную соревновательную деятельность с раннего возраста, руководители футбола тем самым не поощряют творческих, думающих тренеров, а стимулируют функционеров, которые обеспечивают высокое турнирное положение команды, а не благоприятные условия для индивидуального развития игроков [1, 6];

- существующая система многолетней подготовки юных футболистов неизбежно приводит к большим кадровым потерям. Это, прежде всего, относится к одаренным перспективным игрокам, поскольку они наиболее успешно справляются с требованиями соревновательной и тренировочной практики. В то же время они больше всего и страдают от этого. Как правило, им приходится выдерживать напряженный график соревнований и тренировок, что приводит к тому, что они часто не в состоянии продолжать работать над повышением своего мастерства и творческих возможностей. В итоге многие из них «выгорают» и досрочно завершают спортивную карьеру в подростковом возрасте [3, 7]. Как отмечают специалисты, нацеленность на «победу любой ценой» предполагает, прежде всего, форсирование тренировочного процесса и как следствие этого приводит к преждевременному истощению детского организма и травматизму, а также к ограничению тактико-технического потенциала юных спортсменов [8, 13, 14].

Проведенный опрос среди детских тренеров показал: более 90% респондентов указали на успешное выступление в соревнованиях как основную задачу, на которую их ориентирует руководство. Отсюда, основным критерием эффективности работы тренера по-прежнему является занятое место на соревнованиях. Конечно, проблема заключается не только в стремлении команды одержать победу в отдельном матче или турнире в целом. Негативное влияние этого аспекта в контексте подготовки юных футболистов определяется выбранными средствами для их реализации. Практика нередко свидетельствует, что техническая команда, которая играет в комбинационный футбол, проигрывает атлетичной, но не показывающей зрелищный футбол, команде. Существует достаточно примеров, когда физически развитые игроки (акселераты) делают по указанию тренера длинную безадресную передачу с последующей силовой борьбой за мяч, где преимущество, из-за роста-весовых параметров, у их партнеров по команде. Главное подальше от ворот, неважно как. К сожалению, такая практика

распространена и игры детей превращаются в бездумную, изобилующую большим количеством единоборств игру [3].

Вышеизложенное, определяет особенности проведения тренировочного процесса, единственной целью которого является достижение положительного результата в соревнованиях. Направленность и содержание подготовки юных футболистов сводится к следующему:

- атлетическая подготовка, основанная на умении выполнять действия скоростно-силового характера, т.е. вести единоборства;
- групповые взаимодействия, обуславливающие минимум импровизации и принятие, в основном, простых решений;
- командная игра, как правило исключает короткие и средние передачи, дриблинг в первой и второй зонах.

Как следствие в подавляющем большинстве, тренеры выбирают прагматичную игру с применением несложных средств обучения для достижения заветного результата. Цена этого процесса – отсутствие полноценного тактико-технического образования, и исключения из игры импровизации и тех тонкостей, которые делают игру зрелищной, а игрока креативным и мастеровитым.

Почему в современном футболе так востребована личность с ее особенными, индивидуальными достоинствами? Неординарность мышления позволяет открывать новые горизонты тактико-технической реализации футболиста. Оригинальность, творческий подход помогают находить новые силы и ресурсы в подготовке юных спортсменов. Как отмечает В.Н. Платонов [4], основной стратегией в тренировке должно быть не сглаживание индивидуальности, а, напротив, развитие сильных сторон организма и личности спортсмена как ведущего условия достижения им высоких результатов. Акцентированно проявлять сильные стороны ребенку помогает вариативность тренировки, организованная по принципу состязания.

Поэтому, когда во главу угла ставится результат, то нарушаются основные принципы и закономерности построения тренировочного процесса на этапах многолетней подготовки, и как следствие дисбаланс между уровнем подготовленности юных футболистов и требованиями профессионального футбола.

Вместе с тем, в ведущих футбольных странах Европы подошли к решению этих проблем с нескольких принципиальных позиций, которые до настоящего времени сохранились в украинском футболе.

Во-первых. Оценивая целесообразность участия юных спортсменов в регулярных соревнованиях с раннего возраста, известные специалисты Balyi I. и Michels R., пришли к заключению, что дети в раннем возрасте не должны участвовать в соревнованиях, где ведутся таблицы и предполагается официальное распределение мест между участниками [8, 11]. Необходимо нивелировать значимость спортивного результата, посредством отмены официальных соревнований до 12-ти лет, а в идеале – до середины подросткового возраста. Таким образом, в случае, когда победа менее важна, чем развитие, все игроки получают равноценную возможность играть и более качественное обучение.

В настоящий момент Федерации футбола Испании, Португалии, Голландии, Германии, Англии, Шотландии и т.д. официально запретили участие детей до двенадцатилетнего возраста в регулярных соревнованиях. Например, в программе ФК «Аякс» прямо указано, что результат как таковой совершенно не важен для игроков до 13-ти лет. Тренеры руководствуются тем, что только в старших возрастных группах сила оппонента может быть взята в расчет при определении состава своей команды, однако даже в таких играх они должны придерживаться игровой философии клуба – играть в креативный и атакующий футбол [10]. Более того, при лицензировании футбольных клубов, Союз европейских футбольных ассоциаций (UEFA) определил требования к составлению программ по обучению юных футболистов, основанные на решении стратегических задач, где приоритет отдается индивидуальному развитию игрока, а достижение спортивных результатов отходит на второй план (“сначала развитие, затем – результаты”) [12].

Во-вторых. Следует принять во внимание то, что 30-40 лет назад дети приобщались к систематическим занятиям футболом с 10-ти-11-ти лет. До этого они приобретали огромный опыт в естественных условиях игры «улично-дворового» футбола, что позволяло каждому ребенку приобрести достаточно высокий уровень тактико-технического мастерства, но самое главное – стать креативной личностью. Затем на смену «стихийному» футболу пришел «организованный» футбол, детей стали

отбирать, а чаще набирать с шестилетнего возраста. Во многих странах традиционным стал подход, основанный на применении однообразных упражнений с акцентом на физическую подготовку, форсирование тренировочного процесса и возрастание нагрузок. Тем самым нарушаются принципы постепенности и доступности, что во-первых, ставит под угрозу здоровье занимающихся, во-вторых, юные футболисты слишком сосредоточены на результате игры, а не на процессе его достижения, в третьих, препятствует развитию гармоничного и неординарного игрока. Как итог, тренировочный процесс стал монотонным, а дети заурядными личностями. По этому поводу известный голландский тренер R. Michels [11] отметил, что на начальных этапах обучения главным является не результат, а качество игры и удовольствие от нее, чем часто пренебрегают в детском футболе. Тренеры и родители хотят победы любой ценой. В результате, со временем исчезает наслаждение игрой, и юные игроки уходят из футбола. Желание победить должно исходить от самого ребенка. Родители, руководители и тренеры должны лишь создавать условия, организовывая игры и тренировки, соответствующие восприимчивому миру ребенка. Желание победить в совокупности с понимающим окружением делает ребенка зрелым для развития и как футболиста, и как человека с акцентом на первом.

Таким образом, осознавая, что «уличный» футбол исчезает, необходимо было найти выход из сложившейся ситуации, с тем, чтобы предоставить детям возможность тренироваться и играть по их собственным правилам, чтобы получить детский, а не взрослый опыт, т.е. вернуться к «природе» детского футбола [13, 15, 16]. В частности, технический отдел Национальной ассоциации футбола Нидерландов с 1985 года начал искать альтернативу «уличному» футболу, понимая, что именно «уличный» футбол – это самая естественная система обучения, которую можно найти. Со временем были разработаны требования к организации тренировочного процесса с юными футболистами 6-ти – 12-ти лет, которых сводятся к следующему [14]:

- тренировка должна проходить в форме игры. Не следует проводить отдельные занятия, направленные на обучение техническим навыкам или развитие двигательных способностей, а также работать над тем, с чем игрок вряд ли может столкнуться на поле во время игры;

- детский тренер должен предлагать различные варианты игр (5 на 2, 4 на 2, 6 на 3, и т.д) от самых простых, до самых сложных, принимая во внимание не календарный, а «футбольный» возраст (уровень мастерства и подготовленности);

- помимо 3-х часов занятий в неделю следует давать игрокам "домашнее задание" по отработке технических приемов;

- игры 4 на 4 (6-8 лет), 7 на 7 (9-10 лет), 9 на 9 (11-12 лет) 11 на 11 (13 лет и старше) должны рассматриваться как средство развития у детей навыков владения мячом при решении игровых задач;

- в команде обязательно должны быть тренеры, специально обученные для работы с молодежью;

- тренировка должна проходить в благоприятной атмосфере, доставлять удовольствие и способствовать формированию положительных черт характера у ребят;

- поскольку врожденных талантов очень мало, тренерам детско-юношеских команд необходимо уделять внимание каждому игроку, который при правильном обучении может стать хорошим футболистом. Особое внимание – «игрокам запаса». С социальной точки зрения это самая важная группа. После своей активной футбольной карьеры они могут стать арбитрами, членами совета, или просто заинтересованными лицами. Они незаменимы для любого клуба. Поэтому в клубах, особенно сегодня, необходимо заботиться о сохранении благоприятного социального климата.

Подобный подход, затем нашел широкое применение в Испании, где обучение и развитие юных футболистов с 7-ми до 15-ти лет осуществляется посредством большого количества тренировочных и учебных игр [9, 15]. Помимо этого (в частности, в ФК «Барселона») в занятиях с детьми на первом плане стоит воспитание личности (с точки зрения человеческих качеств), на втором – общее образование и только на третьем – футбольное обучение. Отсюда основной критерий работы тренера с командами до 15-ти лет – это педагогические способности, умение подготовить футболиста, умение тренировать [9].

Следует добавить, что в прогрессивном футбольном сообществе придерживаются правила: тренер для игроков, а не игроки для тренера. Не подавлять личность, а развивать ее. Главная ставка делается на развитие яркой индивидуальности. Здесь тренер не может себе позволить оскорбить игрока. Даже тренировочные задания игрокам дают не приказным тоном, а поясняют, какой цели они служат и какой эффект дают. Думающие, развитые личности всегда сильнее покорных исполнителей.

Ведь именно они делают своих тренеров плохими или хорошими [16]. Известный немецкий специалист Н. Wein [16] разработал детскую программу «FUNino», или как ее во многих странах мира называют "Ренессанс уличного футбола», для обучения детей до десятилетнего возраста. Он предложил более 30-ти вариантов этой игры, где дети играют на площадке 32x25 метров с четырьмя воротами на каждой боковой линии. Участвуют две команды по 3 игрока и с одним на замене. Гол может быть забит из пределов шестиметровой зоны. Цель игры заключается в повышении интеллекта, творчества и анализа игровых ситуаций. При такой организации занятий, юные футболисты учатся очень быстро, потому что игровые ситуации повторяются регулярно, а все дети постоянно задействованы в тренировочном процессе. Многочисленными исследованиями было установлено, что при меньшем формате игры, дети выполняют больше касаний мяча, дриблинга и ударов по воротам, больше переходов от атаки к обороне и наоборот, а упрощенная тактическая обстановка делает более простым процесс принятия решений, а игру визуально понятной для детей [11, 14, 15, 16].

Понятно, что у каждой страны, у каждого клуба есть свои тонкости и различия связанные как с историческими, так и культурными традициями. Отражается это и на подготовке, и на селекции. Есть такой чисто футбольный термин TIPS, где T – техника, I – мышление, P – характер, индивидуальность, S – скорость. К примеру, у испанцев (и они выделяют это на первом месте) при отборе ребят в команды более взрослого уровня стоит понимание игры. У голландцев – техническое оснащение. В Аяксе, начиная с 1990-х годов, большое внимание обращали на то, как футболист работает с мячом, на скорость и нацеленность юного игрока на достижение победы. А вот у итальянцев важнейшим аспектом воспитания является четкое выполнение игровой дисциплины, и они активно начинают заниматься тактикой с 14-ти – 15-ти лет. Это можно заметить, наблюдая за тренировками ФК "Фиорентина". Очень строгое выполнение тренерских указаний плюс ко всему – современный научный подход к тренировочному процессу.

Сегодня, необходимо признать, что в действиях украинских футболистов наблюдается больше шаблонного, заученного, чем спонтанного. Следствие не бывает без причин. Отставание в исполнительском и игровом мастерстве – это результат методики обучения. Увлекаясь методом упражнений, совсем забыли про игру – самое универсальное средство для гармоничного развития, мышления и характера. В 1990-х годах известный украинский детский тренер П. А. Пономаренко заметил, что футбол из всех игровых видов спорта самый сложный в обучении. Научить играть при помощи только одних упражнений – утопия. Упражнение – это теория, а игра – практика. Сколько не упражняйся с мячом, играть не научишься [5].

Можно отметить, что у большинства отечественных тренеров отмечается сужение сферы их влияния. Практически управление спортивной деятельностью юных футболистов на деле сегодня сводится к управлению спортивной подготовкой. Иными словами, основное внимание уделяется непосредственно тренировочному процессу, прежде всего, планированию, дозированию, контролю тренировочных нагрузок, содержание которого обусловлено нацеленностью на достижение сиюминутных спортивных результатов. Неудивительно, что система функционирования детско-юношеского футбола давно строится на принципах «перевернутой пирамиды»: когда от этапа к этапу подготовки численность учащих спортивных школ и клубов неуклонно уменьшаются путем «выбраковки» менее перспективных детей, которые не могут показать, по мнению руководителей и тренеров, хороший уровень спортивного мастерства. Поэтому, вся система детско-юношеского футбола, начиная с этапа предварительной подготовки, рассматривается не как система многолетней подготовки, призванная обеспечить потребности и поступательное развитие каждого подростка в спортивном совершенствовании, а как средство обеспечения нужд профессионального футбола.

ВЫВОДЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ ПОСЛЕДУЮЩИХ ИССЛЕДОВАНИЙ. К настоящему времени созрела необходимость переосмысления руководителями футбола, тренерами и родителями юных игроков подходов относительно дальнейшего развития детско-юношеского футбола в Украине. Мировой опыт свидетельствует о том, что для создания условий для постепенного развития разносторонних качеств юных игроков, необходимо: во-первых, отказаться от участия в официальных соревнованиях до 12-тилетнего возраста, с тем, чтобы сделать акцент на качество и эффективность тренировочного процесса направленного на индивидуальное развитие и подготовку креативного игрока; во-вторых, проводить учебно-тренировочные занятия в игровой форме на высоком эмоциональном фоне с обязательным учетом возрастных и индивидуальные особенности детей. Именно применение игрового метода является ключевым моментом для эффективного обучения, в

процессе которого развиваются индивидуальные возможности, формируется игровой интеллект, закладываются основы тактико-технического мастерства ребенка, которые в последующем будут определять потенциал игрока на профессиональном уровне.

Помимо вышеизложенного, тренеру, для обеспечения качественного обучения и мотивации юных игроков, следует учитывать ряд организационно-методических положений:

1. В идеальном варианте дети должны играть в футбол каждый день, часто без присмотра. Подобно тому, как в былые времена, когда был «уличный» футбол с его естественной средой, где дети самостоятельно развивались без контроля со стороны тренера.

2. Используйте игры, а не разминку, физическую подготовку и упражнения. Для максимальной мотивации, необходимо чтобы обучение носило игровой характер, а не основывалось на выполнении упражнений.

3. Давайте игрокам домашнее задание по технической подготовке.

4. Упрощенные мини-игры должны моделировать соревнования. Крайне важно, чтобы обучение через игры было специфическим для детей. Например, при небольшом количестве участников для пяти – семилетних 3 x 3, для восьмилетних 4 x 4 и т. д.

5. Упражнения следует использовать только для исправления недостатков. Упражнения имеют место при исправлении технических приемов и тактических действий. Хорошим фактором мотивации для ребят являются ситуации связанные непосредственно с матчем, когда тренер помогает им найти недостатки в игре, а затем рекомендует применить соответствующие корректирующие упражнения.

6. Разнообразие. Игроки получают удовольствие, когда процесс обучения основан на постоянных вариациях, что вызывает интерес и помогает совершенствовать технические навыки и тактическое мышление.

7. Повторение определенных игровых ситуациях до момента их освоения. Важно, предоставить игрокам время, прежде чем усложнять задание или переходить к изучению новой темы. Таким образом, они учатся «читать» игру и принимать обоснованные решения.

8. Позволять игрокам выбирать то, что им хочется. В данном контексте, тренер должен действовать не с позиции, что обязательно делать, а предоставлять игрокам ответственность за свои действия.

9. Акцент на радость и веселье. Предоставьте игрокам как можно больше свободы для изучения и наслаждения игрой. Игра очень важна для детей, помимо того что в ней активно участвуют все игроки, где каждый ребенок хочет играть ключевую роль, она дает им возможность ориентироваться на ведущего игрока, копировать его исполнительское мастерство.

10. Ощущение компетентности. В процессе обучения и во время игр решающее значение для юных футболистов имеет мотивация. Хвалите усилия детей больше достигнутых результатов, чтобы научить их постоянно оценивать себя.

11. Поощрение «свободного» мышления. Игроки должны понимать, что они находятся на длительном пути приобретения и совершенствования тактико-технических навыков, что они должны научиться получать удовольствие от игры и сосредотачиваться на своей деятельности, а не беспокоиться слишком часто о результате (счете) игры, что спортивные успехи к ним будут приходить не часто, и что им придется преодолевать множество препятствия и допускать много ошибок.

Полученные результаты могут быть положены в основу исследований, посвященных научному обоснованию подходов к адаптации опыта стран Западной Европы в сфере организации тренировочного процесса и проведения детских соревнований к условиям других стран.

ЛИТЕРАТУРА

1. Никитушкин В. Г. Современная подготовка юных спортсменов. М.: Советский спорт, 2009, 110 с.
2. Николаенко В. В. Системный подход к разработке проблемы оптимизации многолетней подготовки футболистов. Теория и методика физического воспитания и спорта., 2013, № 1, с. 32-36.
3. Петухов А. А. Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов. Проблемы и пути решения. М.: Советский спорт, 2006, 232 с.
4. Платонов В. Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение. К.: Олимп. лит., 2013, 624 с.
5. Пономаренко П. А. Учись видеть поле. Донецк: РИП «Лебедь», 1994, 112 с.
6. Сахновский К. П. Теоретико-методические основы системы многолетней подготовки : автореф. дис. на соиск. учен. степ. доктора пед. наук : спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры». К., 1997, 48 с.

7. Чирва Б. Г. Базовая и профессиональная техническая и тактическая подготовка футболистов условиях : автореф. дис. на соискание учен. степени доктора. пед. наук : спец. 13.00.04 „Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры”. М., 2008, 45 с.
8. Balyi I. Sport System Building and Long-term Athlete Development in British Columbia. Canada: Sports Med BC, 2001, 194 p.
9. GUIA METODOLOGICA DEL PROGRAMA DE FORMACION DEL BARCELONA F.C. [Електронний ресурс]. Режим доступа к ис.: <http://www.futbolentrenamientostenerife.blogspot.com/2011/05/fc-barcelona-organizacion-de-la-base.html>.
10. Kormelink H., Seeverens T. The Coaching Philosophies of Louis van Gaal and the Ajax Coaches: bfp Versand, onLi Verlag, 1997, 121 p.
11. Michels R. Team Building: The Road to Success: Cardinal Publishing Group, 2001, 298 p.
12. UEFA Club Licensing System Manual (Version 2.0). UEFA, 2006, 286 p.
13. Turner T. Total Player Development. Indianapolis: Ohio Youth Soccer Association, 2006, 91 p.
14. Van Lingen B. Coaching Soccer: The Official Coaching Book of the Dutch Soccer Association. Michigan: Reedswain Publishing, 1998, 218 p.
15. Vargas F. S. Fundamental Movement Skills and Their Application to Sports Initiation: Document of the INEFC de Barcelona. Barcelona, The

**Оленев Д. Г., Турчина Н. И., Черняев Е. Г., Тяжина А. М. Порадник С. Г.
Національний авіаційний університет**

КІЛЬКІСНІ ТА ЯКІСНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ

Аналіз даних щодо використання рухових тестів для визначення кількісних і якісних характеристик фізичної підготовленості студентів досить неоднозначний. У статті розглядаються тести щодо визначення рівня розвитку рухових якостей людини, які традиційно використовують як контрольні нормативи з фізичної підготовленості студентів.

Ключові слова: *фізична підготовленість, рухові якості, контрольні нормативи, рухові тести.*

Оленев Д. Г., Турчина Н. И., Черняев Е. Г., Тяжина А. М. Порадник С. Г. Количественные и качественные характеристики физической подготовленности студентов. *Анализ данных по использованию двигательных тестов для определения количественных и качественных характеристик физической подготовленности студентов достаточно неоднозначен. В статье рассматриваются тесты по определению уровня развития двигательных качеств человека, которые традиционно используются как контрольные нормативы по физической подготовленности студентов.*

Ключевые слова. *физическая подготовленность, двигательные качества, контрольные нормативы, двигательные тесты.*

Olenev D., Tyrchina N., Cherniaev E., Tiazhina A., Poradnic S. Quantitative and quality descriptions of the physical preparedness of students. *The specificity of the educational process of physical education to university students is to determine the effectiveness of training in the various components. Pedagogical control in physical education students includes evaluation:*

- *knowledge (theoretical component), developing abilities and skills (technical component);*
- *regularity and the minimum amount of motor activity (visit);*
- *the level of physical preparedness of those involved.*

These components are the most objective assessment of physical fitness, which is holding on the results of motor tests student transformed into scoring standards. Selection of tests carried out in accordance with a specified level of motor skills rights – agility, speed skills, strength, endurance and flexibility. Analysis of data on the use of motor tests to determine the quantitative and qualitative characteristics of the physical fitness of students rather ambiguous. This is due to several factors including:

- *Heterogeneity contingent, the output level of physical fitness;*
- *Individual characteristics of physical development;*
- *Different approaches experts to determine the quantitative and qualitative characteristics of physical fitness;*
- *Different levels of functionality students.*

This article presents a separate motor test to determine the level of development of motor skills in the context of the human manifestation of age – that is traditionally used as reference standards for physical fitness of students of universities in Ukraine, to determine the scope of the use of the motor tests in physical education and physical self-