

ВЫВОДЫ

1. Опрос экспертов по хоккею, позволили выявить комплекс информативных показателей, которые были рекомендованы для выявления различий между хоккеистами высокого класса различного амплуа, с последующим их использованием в целях спортивной ориентации.

2. Среди наиболее значимых психологических показателей для хоккеистов разного амплуа эксперты выделили: для крайнего нападающего – склонность к риску 17,96 %, целеустремленность (16,4 %) и самооценку (13,93 %) для центрального нападающего - склонность к риску – 17,5 %, самооценку – 14,16 % и уверенность – 11,66 %, для защитника значимость приобретают показатели, отражающие степень быстроты реакции (16,0 %) и концентрации внимания (11,2 %) спортсменов. Важным также является уровень целеустремленности игрока – 10,4 %, а также уверенности в своих силах – 10,4 %. Наибольшую значимость, среди психологических показателей для вратаря имеет, стресс-устойчивость – 15,94 %, уверенность – 14,38 % и концентрация внимания – 14,94 %.

3. Перспективным направлением дальнейших исследований представляется определение уровня развития психологических показателей у хоккеистов высокого класса различного амплуа и разработка критериев для диагностики игровой предрасположенности спортсменов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бабушкин, Вадим Зиновьевич. Специализация в спортивных играх/ Вадим Зиновьевич Бабушкин. – Киев: Здоровья, 1991. – 161 с.

2. Байрачний О. В. Особливості формування показників психологічної підготовленості футболістів з урахуванням амплуа та рівня кваліфікації / О. В. Байрачний // Теорія і практика фізичного виховання. – Донецьк, ДонНУ. – 2008. – № 1. – С. 405–412.

3. Родионов, А. В. Психологическая подготовка хоккеиста /А. В. Родионов // Наука в Олимпийском спорте. – 2009. - №2. – С. 113–115.

4. Carré, J. Pre-competition hormonal and psychological levels of elite hockey players: Relationship to the 'home advantage' / J. Carré, C. Muir, J. Belanger, S. K. Putnam // Psychology of Sport and Exercise. - 2006. - V. 89, Issue 3, №30. - P. 392–398.

5. Frantsi T. System going near training of goalkeeper // Materials of international symposium of trainers of hockey goalkeepers (on Mays, 1-4 a 1997, Helsinki). Federation of hockey of Russia of /T. Frantsi. it is M., 1998.

6. Platonov V.N. El entrenamiento deportivo. Teoria y Metodologia / V.N. Platonov. – Barcelona: Paidotribo, 1995. – 322p.

Михнов Андрей

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины

КОРРЕКЦИЯ САМООЦЕНКИ ХОККЕИСТОВ ВЫСОКОГО КЛАССА НА ОСНОВЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОЙ ПРОГРАММЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ВОЗДЕЙСТВИЙ

С целью коррекции самооценки хоккеистов высокого класса, была разработана экспериментальная программа психологических воздействий. Предложенная программа по коррекции самооценки включала десять отдельных занятий, которые были проведены в подготовительном периоде подготовки, с хоккеистами высокого класса. В исследованиях приняли участие шестнадцать спортсменов. Для выявления эффективности предложенной программы, спортсмены были разделены на две группы, контрольную и экспериментальную. Исследование самооценки хоккеистов и влияние экспериментальной программы оценивалось по трем относительно самостоятельным группам: 1) самооценка физической подготовленности и здоровья; 2) самооценка технико-тактической подготовленности; 3) самооценка психологической подготовленности. В общей сложности для изучения самооценки хоккеистов предложено использовать двадцать один показатель, который позволяет рассмотреть, как уровень проявления отдельных составляющих, так и определить обобщенную самооценку игрока. Установлено положительное влияние предложенной программы на повышение уровня самооценки хоккеистов. Использование программы позволило повысить самооценку хоккеистов экспериментальной группы. Достоверно более высокий уровень самооценки у хоккеистов экспериментальной группы при повторном тестировании наблюдался, по самооценке физических способностей и здоровья (до эксперимента $74,58 \pm 3,24$, после - $85,62 \pm 3,3$ балла, $p < 0,05$), психологической подготовленности (до эксперимента $73,12 \pm 5,84$, после - $81,25 \pm 4,04$ балла, $p < 0,05$) и общей самооценки (до эксперимента $75,34 \pm 6,86$ балла, после - $83,90 \pm 2,76$ балла, $p < 0,05$). Вместе с тем, по блоку показателей, характеризующих самооценку технико-тактической подготовленности, достоверных отличий выявлено не было.

Ключевые слова: уровень самооценки, уровень притязаний, специализированная программа психологических воздействий, соревновательная деятельность, технико-тактические действия.

Михнов Андрій. Корекція самооцінки хокеїстів високого класу на основі використання спеціалізованої програми психологічних дій. З метою корекції самооцінки хокеїстів високого класу, була розроблена експериментальна програма психологічного впливу. Запропонована програма по корекції самооцінки включала десять окремих занять, які були проведені у підготовчому періоді з хокеїстами високого класу. В дослідженнях прийняли участь шістнадцять спортсменів. Для визначення ефективності запропонованої програми, спортсмени були умовно розділені на дві групи, контрольну та експериментальну. Дослідження самооцінки хокеїстів і вплив експериментальної програми оцінювалось за трьома відносно самостійними групами: 1) самооцінка фізичної підготовленості і здоров'я; 2) Самооцінка техніко-тактичної підготовленості; 3) самооцінка психологічної підготовленості. Загалом для вивчення самооцінки хокеїстів запропоновано використовувати двадцять один показник, який дозволяє розглянути, як рівень прояву окремих складових, так і визначити узагальнену самооцінку гравця. Встановлено позитивний вплив запропонованої програми на підвищення рівня самооцінки хокеїсти. Використання програми дозволило підвищити самооцінку хокеїстів експериментальної групи. Достовірно більш високий рівень самооцінки у хокеїстів експериментальної групи при повторному тестуванні спостерігався, за показниками самооцінки фізичних здібностей і здоров'я (до експерименту $74,58 \pm 3,24$, після - $85,62 \pm 3,3$ балів, $p < 0,05$), психологічної підготовленості (до експерименту $73,12 \pm 5,84$, після - $81,25 \pm 4,04$ балів, $p < 0,05$), та загальної самооцінки (до експерименту $75,34 \pm 6,86$ балів, після - $83,90 \pm 2,76$ балів, $p < 0,05$). Разом з тим, за блоком показників, які характеризують самооцінку техніко-тактичної підготовленості, достовірних відмінностей виявлено не було.

Ключові слова: рівень самооцінки, рівень домагань, спеціалізована програма психологічних впливів, змагальна діяльність, технико-тактичні дії.

Mikhnov Andrei. Correction of self-appraisal of hockey players of high class on basis of the use of the specialized program of psychological influences. With the purpose of correction of self-appraisal of hockey players of high class, the experimental program of psychological influences was developed. The offered program on the correction of self-appraisal included ten separate employments which were conducted in setup time of preparation, with the hockey players of high class. Sixteen sportsmen took part in researches. For the exposure of efficiency of the offered program, sportsmen parted on two groups, control and experimental. Research of self-appraisal of hockey players and influence of the experimental program was estimated on three relatively to the independent groups: 1) self-appraisal of physical preparedness and health; 2) self-appraisal of technique-tactical preparedness; 3) self-appraisal of psychological preparedness. In general complication for the study of self-appraisal of hockey players it is suggested to use twenty one index which allows to consider, both level of display of separate constituents, and to define the generalized self-appraisal of player. Positive influence of the offered program is set on the increase of level of self-appraisal of hockey players. The use of the program allowed to promote the self-appraisal of hockey players of experimental group. For certain more high level of self-appraisal for the hockey players of experimental group at the repeated testing was observed, on the self-appraisal of physical capabilities and health (before an experiment $74,58 \pm 3,24$, after - $85,62 \pm 3,3$ mark, $p < 0,05$), psychological preparedness (before an experiment $73,12 \pm 5,84$, after - $81,25 \pm 4,04$ mark, $p < 0,05$) and general self-appraisal (before an experiment $75,34 \pm 6,86$ mark, after - $83,90 \pm 2,76$ mark, $p < 0,05$). At the same time, on the block of indexes, characterizing the self-appraisal of technique-tactical preparedness, reliable differences it was not exposed.

Key words: level of self-appraisal, level of claims, specialized program of psychological influences, competition activity, technique-tactical actions.

Соревновательная деятельность в хоккее с шайбой сопровождается высочайшим эмоционально-психическим напряжением. Психофизиологические особенности этого вида спорта в значительной степени определяются не только необходимостью быстрого анализа ситуации и экстренного нервно-мышечного ответа на нее, но также наличием элемента опасности [3,6,8]. Вместе с тем, среди многочисленных свойств и качеств личности хоккеиста, которые стимулирует повышение эффективности его соревновательной деятельности, и играют роль регулятора этой деятельности, обеспечивая тем самым лучшую адаптацию к постоянно меняющимся игровым условиям, является самооценка [4,7,9]. По мнению Лозова Г.В. адекватно высокая самооценка хоккеиста влияет на развитие его ценностных ориентаций. У спортсмена, обладающего адекватно высокой самооценкой, наилучшим образом раскрывается внутренний потенциал, наблюдается уравновешенность различных личностных проявлений и оптимальное их развитие. Так, хоккеисты, адекватно оценивающие себя, мотивированные на достижение успеха, имеют высокую эмоциональную устойчивость, развитые волевые качества, уверенность в себе, адекватный уровень притязаний и высокую самокритичность. Такие спортсмены наиболее успешны и стабильно показывают высокие результаты в соревнованиях. Проведенный в настоящем исследовании анализ научной литературы и спортивной практики показал, что самооценка, как фактор влияния на спортивный результат хоккеиста практически не изучалась отдельно, а

рассматривалась лишь в контексте общей психологической подготовки. Известно, что на сегодняшний день, хоккеисты высокого класса проводят в рамках соревновательного периода подготовки, который может охватывать период в семь-восемь месяцев, около 60-80 отдельных матчей регулярного первенства и игр плей-офф чемпионата. В настоящем исследовании была предпринята попытка определить влияние разработанной специализированной программы на коррекцию уровня самооценки хоккеистов высокого класса.

Цель: определить влияние экспериментальной программы на коррекцию самооценки хоккеистов высокого класса.

Методы исследований: педагогические наблюдения и анализ соревновательной деятельности, анализ данных специальной научно-методической литературы, анализ данных Интернет, методы математической статистики.

Результаты исследований и их обсуждение: Для проверки выдвинутой нами гипотезы, о влиянии уровня самооценки спортсменов на эффективность их соревновательной деятельности был организован и проведен специальный эксперимент. Учитывая тот факт, что апробация разработанной программы по коррекции самооценки осуществлялась в процессе подготовки хоккеистов высокого класса, важной задачей являлось определение периода подготовки, в рамках которого планировалось провести эксперимент. На сегодняшний день, хоккеисты высокого класса проводят большое количество матчей регулярного первенства и игр плей-офф. Общая длительность соревновательного периода может составлять восемь-девять месяцев (начало в сентябре, завершение в мае). Интервалы между отдельными играми Континентальной хоккейной лиги для команды могут оставлять в рамках сезона, три-четыре дня. Также необходимо было учитывать и тот факт, что значительная часть времени между играми отводится перелетам и восстановительным процедурам. В этой связи, наиболее благоприятным для внедрения разработанной экспериментальной программы, на наш взгляд, являлся подготовительный период подготовки. Выбор подготовительного периода, для проведения эксперимента, был также обусловлен тем фактом, что он позволял сопоставить в целом (по результат всего сезона) эффективность соревновательной деятельности хоккеистов в матчах предшествующих и последующих проведенному эксперименту. Подготовительный период подготовки команды охватывал 5-ти недельный цикл с начала августа по начало сентября. На первом этапе (в начале августа) было проведено первичное тестирование уровня самооценки и стресс-устойчивости хоккеистов. Второй этап эксперимента состоял в практическом внедрении разработанной программы по коррекции самооценки хоккеистов высокого класса. Нами были сформированы две группы, контрольная и экспериментальная (по восемь хоккеистов каждая). Группы были сформированы по принципу равенства исходных данных, как самооценки, так и результатов соревновательной деятельности предыдущего сезона. В экспериментальной группе были проведены специально организованные занятия, которые органически вписывались в общий процесс подготовки хоккеистов. Длительность воздействий в экспериментальной группе в общей сложности составила 2 недели (15 отдельных занятий).

На третьем этапе проводимого эксперимента, с целью выявления эффективности предложенной программы, нами было проведено повторное тестирование уровня самооценки и стресс-устойчивости хоккеистов экспериментальной и контрольной групп. Четвертый этап организации исследования был направлен на оценку эффективности соревновательной деятельности хоккеистов, контрольной и экспериментальной групп в матчах регулярного первенства КХЛ сезона 2013-2014 гг. (54 матча регулярного первенства и игры плей-офф). Исследования проводились среди спортсменов хоккейного клуба Атлант (Московская область), который принимал участие в чемпионате КХЛ. Анализировались данные эффективности реализации отдельных технико-тактических действий в матче (среди прочих были выбраны: заброшенные шайбы, результативные передачи, набранные очки, броски по воротам и др.), а также уровень суммарного отклонения от модельных характеристик соревновательной деятельности, характерный для хоккеистов высокого класса. Повторное тестирование хоккеистов, которое было проведено перед началом соревновательного периода подготовки, позволило оценить степень влияния специализированных воздействий, направленных на повышение самооценки спортсменов. Исследование самооценки осуществлялось по тем же шкалам и показателям, которые были использованы при первичном тестировании спортсменов, а именно: группа показателей, отражающих физические качества и здоровье, показатели, характеризующие технико-тактическое мастерство, а также блок показателей, направленных на самооценку психологической подготовленности. При этом, определялись различия между экспериментальной и контрольной группами, как по отдельным показателям (19 шкалам), так и по группам в целом. На рис.1. показаны различия между хоккеистами контрольной и экспериментальной групп до и после проведенного эксперимента направленного на повышение самооценки. На рисунке можно наглядно видеть, что по двум блокам показателей (самооценка физических качеств и здоровья и психологической подготовленности), спортсмены экспериментальной группы имели достоверно более высокие результаты в баллах $p < 0,05$. Так, уровень самооценки физических способностей и здоровья у экспериментальной группы после специализированных воздействий, был равен - $85,62 \pm 3,3$ балла (до эксперимента $74,58 \pm 3,24$), а самооценки психологической подготовленности $81,25 \pm 4,04$ балла (до эксперимента $73,12 \pm 5,84$). Наблюдается также положительная динамика в увеличении самооценки технико-тактической подготовленности спортсменов в экспериментальной группе. Однако в отличие от других блоков показателей, выявленные различия не имели

статистически достоверного характера.

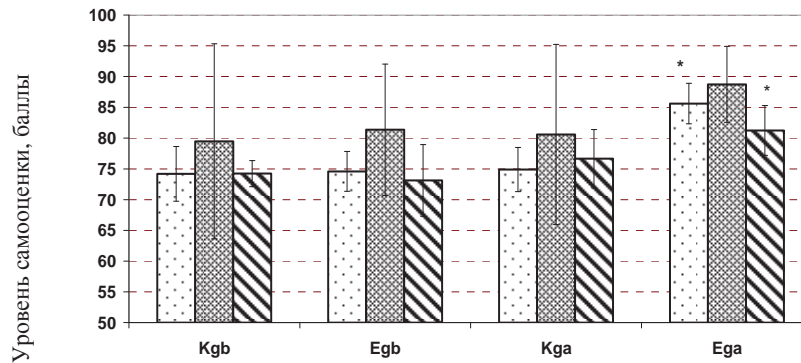


Рис. 1. Уровень самооценки хоккеистов контрольной и экспериментальной групп до и после проведенного эксперимента:

* - различия статистически достоверны, $p < 0,05$; Kgb – контрольная группа до эксперимента; Kga – контрольная группа после эксперимента; Egb – экспериментальная группа до эксперимента; Ega – экспериментальная группа после эксперимента.

□ Самооценка физических способностей

На рисунке 1

▨ Самооценка технико-тактического мастерства

▩ Самооценка психологической подготовленности

Также можно сопоставить уровень проявления самооценки хоккеистов контрольной группы при первичном и повторном тестировании. Так, можно видеть, что по всем трем изучаемым блокам показателей результаты в контрольной группе фактически не изменились. Полученные нами данные при повторном тестировании хоккеистов контрольной и экспериментальной групп, позволяют констатировать положительное влияние разработанной программы на повышение самооценки спортсменов. На рисунке 2 можно видеть, что уровень общей самооценки хоккеистов экспериментальной группы достоверно $p < 0,05$ был выше результатов контрольной группы, а также собственных данных полученных при первичном тестировании (до внедрения в процесс подготовки разработанной программы). Так, на начало эксперимента уровень общей самооценки хоккеистов контрольной группы был равен – $75,28 \pm 5,46$ балла, при повторном исследовании – $75,90 \pm 3,80$ балла. Для спортсменов экспериментальной группы в начале исследований был зафиксирован уровень общей самооценки равный – $75,34 \pm 6,86$ балла, после применения программы воздействий – $83,90 \pm 2,76$ балла (различия статически достоверны $p < 0,05$). До проведения эксперимента, выявленный уровень общей самооценки был равен среднему уровню, для обеих групп принимавших участие в проводимом эксперименте. После внедрения программы специализированных воздействий, у спортсменов экспериментальной группы отмечался высокий уровень самооценки.

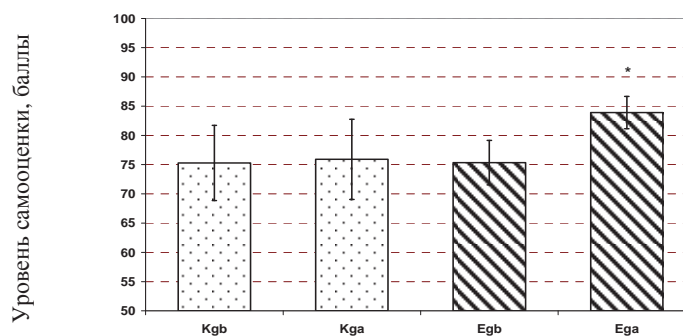


Рис. 2. Общий уровень самооценки хоккеистов контрольной и экспериментальной групп до и после применения программы эксперимента;

* - различия статистически достоверны, $p < 0,05$; Kgb – контрольная группа до Kga – контрольная группа после эксперимента; Egb – экспериментальная группа до эксперимента; Ega – экспериментальная группа после эксперимента.

В таблице 1. также можно видеть более детальную информацию об изменениях в уровне самооценки по отдельным изучаемым шкалам. Данные в представленной таблице приведены на момент начала эксперимента и по его завершению. Полученные результаты позволяют утверждать, что ключевая задача настоящего исследования (повышение самооценки спортсменов) была реализована. Предложенная программа показала свою эффективность, самооценка хоккеистов была повышена. Однако, безусловно, важнейшим условием подтверждения выдвинутой гипотезы являлось изучение влияние повышения уровня самооценки спортсменов на дальнейшую эффективность их соревновательной деятельности. Другими словами, насколько подобное

повышение самооценки положительно сказывается на выступлении спортсменов в соревнованиях.

Таблица 1

Различия уровня самооценки хоккеистов контрольной и экспериментальной группы, по отдельным шкалам, до и после применения программы

№	Исследуемый показатель самооценки	Контрольная группа (n=8)					Экспериментальная группа (n=8)				
		До эксперимента		После эксперимента		p<0,05	До эксперимента		После эксперимента		p<0,05
		S	MD	S	MD		S	MD	S	MD	
1	Силовые способности	77,50	11,33	78,75	9,54	-	75,0	12,15	86,87	4,09	p<0,05
2	Выносливость	74,37	11,16	73,75	10,93	-	73,13	13,35	86,25	4,14	p<0,05
3	Быстрота	76,85	10,32	75,0	9,63	-	71,25	17,68	87,50	4,12	p<0,05
4	Координация	75,0	6,54	76,87	7,52	-	80,63	12,66	84,37	4,19	-
5	Гибкость	68,12	7,98	71,25	7,44	-	75,63	8,63	86,25	4,23	p<0,05
6	Физическое состояние	68,12	7,98	70,0	7,07	-	75,63	8,63	86,25	4,18	p<0,05
7	Здоровье	78,12	10,99	79,37	9,79	-	71,25	7,91	81,87	2,81	p<0,05
	<i>В среднем по группе</i>	<i>74,19</i>	<i>4,45</i>	<i>74,89</i>	<i>3,59</i>	-	<i>74,58</i>	<i>3,24</i>	<i>85,62</i>	<i>3,30</i>	<i>p<0,05</i>
8	Техника катания	98,75	2,31	99,37	1,76	-	94,38	7,29	94,37	4,25	-
9	Точность броска	74,35	22,10	75,0	22,03	-	85,63	10,95	89,37	3,38	-
10	Способности (мастерство)	70,0	9,63	73,12	8,42	-	73,13	7,53	82,50	2,92	p<0,05
	<i>В среднем по группе</i>	<i>79,48</i>	<i>15,84</i>	<i>80,59</i>	<i>14,64</i>	-	<i>81,36</i>	<i>10,68</i>	<i>88,75</i>	<i>6,16</i>	-
11	Самообладание	75,0	13,09	73,75	10,60	-	71,25	11,57	80,65	2,95	p<0,05
12	Концентрация внимания	75,62	12,37	76,25	12,17	-	70,0	10,69	79,37	3,02	p<0,05
13	Быстрота реакции	72,50	5,97	72,5	8,86	-	71,88	11,32	81,87	3,01	p<0,05
14	Развитая память	71,85	8,83	72,5	9,63	-	70,63	10,16	81,25	3,13	p<0,05
15	Антиципация	74,37	9,03	75,0	13,09	-	65,63	9,04	79,37	3,24	p<0,05
16	Стрессоустойчивость	75,62	12,37	76,25	10,93	-	69,38	19,72	76,25	3,20	-
17	Уверенность	75,62	13,74	74,0	13,09	-	81,88	12,52	84,37	2,39	-
18	Вариативность мышления	76,85	13,07	76,80	13,07	-	69,38	12,66	80,62	2,52	p<0,05
19	Оптимизм	70,0	11,64	73,12	8,42	-	78,13	13,08	85,0	2,40	-
20	Целеустремленность	75,0	11,95	74,37	9,03	-	83,13	11,0	83,75	2,56	-
	<i>В среднем по группе</i>	<i>74,25</i>	<i>2,12</i>	<i>76,66</i>	<i>4,74</i>	-	<i>73,12</i>	<i>5,84</i>	<i>81,25</i>	<i>4,04</i>	<i>p<0,05</i>

ВЫВОДЫ

1. В результате исследований разработана структура и определены основные блоки для проведения анализа самооценки хоккеистов высокого класса. Предложенные показатели условно выделены в три относительно самостоятельные группы: 1) самооценка физической подготовленности и здоровья; 2) самооценка технико-тактической подготовленности; 3) самооценка психологической подготовленности. В общей сложности для изучения самооценки хоккеистов предложено использовать двадцать один показатель, который позволяет рассмотреть, как уровень проявления отдельных составляющих, так и определить обобщенную самооценку игрока.

2. Установлено положительное влияние предложенной программы на повышение уровня самооценки хоккеистов. Использование программы позволило повысить самооценку хоккеистов экспериментальной группы. Достоверно более высокий уровень самооценки у хоккеистов экспериментальной группы при повторном тестировании наблюдался, по самооценке физических способностей и здоровья (до эксперимента $74,58 \pm 3,24$, после - $85,62 \pm 3,3$ балла, $p < 0,05$), психологической подготовленности (до эксперимента $73,12 \pm 5,84$, после - $81,25 \pm 4,04$ балла, $p < 0,05$) и общей самооценки (до эксперимента $75,34 \pm 6,86$ балла, после - $83,90 \pm 2,76$ балла, $p < 0,05$). Вместе с тем, по блоку показателей, характеризующих самооценку технико-тактической подготовленности, достоверных отличий выявлено не было.

3. Актуальной задачей дальнейших исследований является изучение влияния уровня самооценки хоккеистов высокого класса, на эффективность их соревновательной деятельности в матче.

ЛИТЕРАТУРА

- Воронова В.И. Психология спорта: навч. посібник / В.И. Воронова – К.: Олимпийская литература, 2007. – 298 с.
- Лозовая Г.В. Формирование самооценки спортсмена: [учеб. пособие] / Г.В. Лозовая; Санкт-Петербургская гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., 2003. – 20 с.
- Emler N. Self-esteem: The costs and consequences of low self-worth / N. Emler. – York, England: York Publishing Services, 2001.
- Kernis M.H. Stability of Self-Esteem: assessment, correlates, and excuse making / M.H. Kernis, B.D. Grannemann, L.C. Barclay // Journal of Personality. – 1992. – V. 60. – P. 621-644.

• Vysochina N. The influence of self-esteem on the emotional state of an athlete as personality / N. Vysochina // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту // науковий журнал. – Харків: ХОВНОКУ-ХДАДМ, 2010. - № 3. – С. 151-153..

Николаенко В. В.

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины

СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ

Полная и всесторонняя реализация природных задатков и формирование максимально доступного для конкретного спортсмена уровня мастерства могут быть обеспечены лишь планомерной многолетней подготовкой, всем своим содержанием нацеленной на достижение наивысших результатов в оптимальной для футбола возрастной зоне. Цель исследования – анализ современной системы многолетней подготовки юных футболистов. Сокращение периода базовой подготовки и форсирование тренировочного процесса, предусматривающее раннюю специализацию, ориентировано на достижение высоких результатов в соревнованиях в системе детско-юношеского спорта, связано с нарушением важнейших закономерностей и принципов, лежащих в основе рационального построения многолетней подготовки. В этом отношении пересмотр возрастных границ этапов подготовки и их содержательного компонента, реорганизация системы детских соревнований позволят футбольным талантам в полной мере реализовать свои природные задатки.

Ключевые слова: многолетняя подготовка, периодизация, соревнования, возрастные группы, содержание подготовки.

Николаенко В. В. Структура і зміст багаторічної підготовки юних футболістів. Повна і всебічна реалізація природних задатків і формування максимально доступного для конкретного спортсмена рівня майстерності можуть бути забезпечені лише планомерною багаторічною підготовкою, усім своїм змістом націленою на досягнення найвищих результатів в оптимальній для футболу віковій зоні. Мета дослідження – аналіз сучасної системи багаторічної підготовки юних футболістів. Скорочення періоду базової підготовки і форсування тренувального процесу, що передбачає ранню спеціалізацію, орієнтоване на досягнення високих результатів у змаганнях в системі дитячо-юнацького спорту, пов'язане з порушенням найважливіших закономірностей і принципів, що лежать в основі раціональної побудови багаторічної підготовки. У цьому відношенні перегляд вікових меж етапів підготовки і їх змістовного компонента, реорганізація системи дитячих змагань дозволять футбольним талантам повною мірою реалізувати свої природні задатки.

Ключові слова: багаторічна підготовка, періодизація, змагання, вікові групи, зміст підготовки.

Nikolaenko V.V. Structure and content of long-term preparation of young footballers. Complete and all-round realization of the natural making and forming of maximally accessible for the certain sportsman of level mastery can be provided with only systematic long-term preparation, by all maintenance aimed at the achievement of the greatest results in the optimal for football age-related zone. A research aim is an analysis of the modern system of long-term preparation of young. Reduction of period of base preparation and forcing of training process, envisaging early specialization, are oriented to the achievement of high results in competitions in the system of child-youth sport, it is related to violation of major conformities to law and principles, being the basis of rational construction of long-term preparation. In that behalf the revision of the age-related borders of the stages of preparation and their rich in content component, reorganization of the system of child's competitions, will allow to football talents to a full degree to realize the natural making.

Key words: long-term preparation, division into periods, competitions, age-related groups, maintenance of preparation.

Введение. Следует отметить одну важную специфическую особенность современного спорта. Сегодня специалисты отмечают факт удлинения всего периода многолетней системы подготовки, прежде всего, за счет увеличения продолжительности этапа максимальной реализации индивидуальных возможностей [2]. Вместе с тем данное положение требует большей продолжительности базовой подготовки. В силу уникальности представителей мировой футбольной элиты система периодизации многолетней подготовки предполагает усиление роли индивидуального подхода при планировании многолетнего учебно-тренировочного процесса на основе прогнозирования тенденций биологического развития и роста потенциальных возможностей спортсмена (Е. Е. Абрамов, 2006; В. П. Губа, П. В. Квашук, В. Г. Никитушкин, 2009; Р. Х. Сабитов, 2011). Необоснованная практика проведения детских соревнований и значительные тренировочные нагрузки без учета возрастных и индивидуальных особенностей юных футболистов приводят к нарушениям со стороны деятельности функциональных систем организма (кардиореспираторной, нервной, костно-мышечного и суставно-связочного