

**УНІВЕРСИТЕТ УШИНСЬКОГО
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ ФІЗИЧНОЇ
КУЛЬТУРИ, СПОРТУ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ**

**КАФЕДРА ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА
СПОРТИВНИХ ДИСЦИПЛІН**

**СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ,
СПОРТУ ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ**

**МАТЕРІАЛИ VII МІЖНАРОДНОЇ
ІНТЕРНЕТ-КОНФЕРЕНЦІЇ
17-18 жовтня 2023 року**

Одеса
Букаєв Вадим Вікторович
2023

УДК 370.15+371.302.81+613
С916

*Друкується згідно з рішенням Вченої ради Державного закладу
“Південноукраїнський національний педагогічний університет
імені К. Д. Ушинського”*

Протокол № 4 від 26 жовтня 2023 р.

Джуринський П. Б. доктор педагогічних наук, професор – голова оргкомітету;
Дразіна Є. В. кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського, заступник – голови оргкомітету;
Башавець Н. А. доктор педагогічних наук, професор кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського;
Р. Урбан, професор, Голова вченої ради Інституту фізичної культури Щецинського університету (Польща);
М. Крету, професор, факультет фізичного виховання та спорту, Університет Пітешті (Румунія);
Афтімічук О. Є. доктор педагогічних наук, професор. ДУФВіС (м. Кишинів, Молодова);
Ігнатенко С. О. кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського;
Дроздова К. В. кандидат педагогічних наук.

Рецензенти:

Соколова Ганна Борисівна – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри дефектології та фізичної реабілітації, в. о. директора навчально-наукового інституту фізичної культури, спорту та реабілітації

Пільова Світлана Георгіївна - кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичної культури і спорту, Державного університету інтелектуальних технологій і зв'язку

Сучасні проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини :
С916 матеріали VII інтернет-конференції. м. Одеса, 17-18 жовтня 2023 р.
Одеса. : видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2023. 192 с.

У збірнику матеріалів конференції розглянуті всебічні аспекти організації занять з фізичного виховання, спорту і здоров'я людини.

At the conference proceedings are considered comprehensive aspects of physical education and sports.

УДК 370.15+371.302.81+613.7

© Державний заклад
«Південноукраїнський національний педагогічний університет
імені К. Д. Ушинського», 2023

Література:

1. Sirenko PO, Istomin AN, Sirenko RR, Khorkavyu BV, Rybchych IE. Special and preventive exercises for hamstring muscles in the training process of experienced football players. *Pedagogy of Physical Culture and Sports*, 2022; 26(5):344–352. <https://doi.org/10.15561/26649837.2022.0509>
2. ПО Сіренко. Особливості інтерференційної електроміограми м'язів задньої групи стегна у кваліфікованих футболістів у вправі розгинання стегна стоячи. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2013. - № 4. - С. 91-99.
3. Линець М. М. Основи методики розвитку гнучкості : лекція з навчальної дисципліни „Загальна теорія підготовки спортсменів” для студентів 3 курсу ФФКіС та 4 курсу ФПтаЗО / Линець М. М. - Львів, 2018. - 19 с.
4. Сіренко П.О. Розвиток рухових якостей у кваліфікованих футболістів. Харків: *Нове слово*; 2012.
5. Sirenko P, Korolinska S, Sirenko Y. Features interference electromyogram rectus femoris for skilled players in the context of special exercises. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*. 2013;17(8):92-8.

ТЕХНІКО-ТАКТИЧНІ ДІЇ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ В УМОВАХ ЗМАГАНЬ

Терещенко В., Форостян О. І.

Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет ім. К.Д. Ушинського» м. Одеса, Україна

Анотація. Розвиток дитячо-юнацького спорту нашій країні залишається справою державної ваги, оскільки його масовість забезпечує його результативність. Сьогодні залишаються проблемними основні напрями навчально-тренувального процесу: підвищення рівня спортивних досягнень, пошук нових методів тренування, спортивний відбір та комплексне залучення дітей до занять спортом з метою подальшої спортивної орієнтації. Сучасні методико-біологічні та соціологічні дослідження показують, що систематичні, багаторічні заняття спортом відіграють важливу роль у зміцненні здоров'я дітей та підлітків.

Вступ. Нормальний розвиток дитини немислимо без енергійних та різноманітних рухових дій. Саме в дитячі та юнацькі роки найбільш яскраво проявляється позитивний вплив регулярних фізичних навантажень на розвиток організму [1, 3]. Футбол не є винятком, він характеризується високою руховою активністю гравців, основними є дії з м'ячем та пересування по полю. Вміння футболіста добре володіти своїм руховим апаратом характеризує його рухові здібності, які можуть виявлятися внаслідок прояву фізичних якостей, головним чином швидкості, де точність та своєчасність виконання конкретного тактичного завдання пов'язане з новим «живим рухом».

Виклад основного матеріалу. Інтенсифікація змагальної діяльності (ЗД) часто призводить до того, що збільшення обсягу переміщень і техніко-тактичних дій (ТТД) не супроводжується підвищенням їх ефективності. Насправді тактична діяльність футболістів зовні виявляється у доцільності застосування тактичних дій. Тактична дія будується відповідно до тактичних знань, умінь і навичок, з рівнем розвитку фізичних здібностей і вольових якостей. Будь-яке тактичне дію реалізується з допомогою технічних прийомів і правильної вважати гру, побудованої різноманітної передачі м'яча, тобто на різноманітному компонуванні гравців під час гри. Гра в пас – це чисто тактична навичка, яка піднімає футбол до висот тактичного мистецтва. У пасі кожного гравця проявляється гострота його тактичного мислення. Система пасу – це система гри. Якість пасу – це якість гри [3].

Дитячо-юнацький футбол у віці 12-13 років характеризується початком етапу спортивного вдосконалення та за своїми характеристиками, у недалекому майбутньому, гра футболістів має відповідати висококваліфікованим спортсменам [1].

Мета – визначити рівень виконуваних ТТД із м'ячом юних футболістів 12-13 років у період змагальної діяльності.

Завдання: виявити відсотковий показник виконання ТТД із м'ячом юних футболістів різних ігрових амплуа в умовах змагань; провести аналіз виконаних ТТД з м'ячом юними спортсменами різних амплуа в умовах ЗД за розробленою системою підрахунку ігрових дій з м'ячом.

Організація дослідження. Дослідження проводилося в період змагальної діяльності (три футбольні турніри). Учасники: діти 12-13 років, які займаються футболом.

Педагогічні спостереження, на перших двох турнірах, здійснювалися за діяльністю змагань з фіксуванням індивідуальних ТТД футболістів 12-13 років (у відсотках) за методикою, рекомендованою для комплексних наукових груп у футболі.

Підрахунок, що виконуються ТТД з м'ячом, останнього турніру, здійснювався за бальною системою, що складалася з позитивних (44) та негативних (46) дій. Футбольне поле розділене на 14 польових зон і для кожної зони існує своя бальна оцінка ТТД, що виконується з м'ячом. Ця система підрахунку ігрових дій із м'ячом є авторською розробкою. За основу було взято систему підрахунку ТТД, розроблену українським тренером з футболу В.В. Лобановським. Підрахунок проводився так: всі виконані ТТД з м'ячом за матч ділили на кількість зіграних хвилин і отримували кількість ТТД з м'ячом за хвилину на команду [2, 4].

Аналізуючи гру 12-13 літніх футболістів можна говорити про те, що жодне ТТД не використовується однаково різними ігровими амплуа. Так, короткі та середні передачі м'яча назад і поперек мають найбільшу вагу у структурі ТТД виконаних за матч у одного захисника, кількох півзахисників. Короткі та середні передачі м'яча вперед також частіше виконуються захисниками і якщо попередні передачі мали рівний розподіл між усіма ігровими амплуа, останні мають найбільші показники у футболістів оборони.

На противагу цьому передачі «на хід» є пріоритетними для гравців атакуючого плану та мають найбільші показники у півзахисників, а найменші показники у захисників.

Довгі передачі м'яча найчастіше виконують захисники, а найменший показник у виконанні цієї дії у півзахисників. Прострільні та навісні передачі м'яча до штрафного майданчика суперника найчастіше виконують півзахисники, а найрідше захисники.

Більш надійні короткі та середні передачі поперек поля [3]. Однак, ці передачі, ускладнюють здійснення швидкісного маневру в атаці, дозволяють суперникам перегрупувати свої сили на найнебезпечнішій ділянці цієї атаки. У той же час довгі поздовжні та діагональні передачі (а почасти і середні) дозволяють здійснювати атаку на високій швидкості, вносять елемент раптовості, що дуже ускладнює дії оборонних, і тим самим створюють вигідні умови для виходу гравців на ударну позицію. Безперечно, що подібні передачі пов'язані зі значним ризиком втратити м'яч. Але цей ризик цілком виправданий, оскільки у разі успіху створюється безпосередня загроза воротам.

Чим коротше передача, тим менше втрат м'яча, а чим довша (і гостріша), тим більший допустимий ризик втрат. Але і в тому і в іншому випадку футболіст, який володіє м'ячем, повинен пам'ятати, що втрата м'яча, при передачах, повинні бути зведені до мінімуму за можливої їхньої гостроти.

Ведення м'яча та обведення суперника мають ідентичну структуру розподілу обсягу за ігровими амплуа. Так, найбільшу кількість виконаних дій демонструють півзахисники та нападники, а найменший показник у захисників. При цьому слід зазначити, що в обведенні суперника середній показник все-таки у нападників. Відбір м'яча, будучи оборонною дією, у турнірі максимальні показники у півзахисників, а найменший показник нападаючих. На противагу відбору м'яча, з найбільшим показником перехоплення виконують частіше футболісти лінії оборони, а найменші числові значення у нападників.

У єдиноборстві за м'яч внизу і вгорі частіше вступають нападники, при цьому проглядається чітка тенденція найбільших обсягів у гравців, що знаходяться в центрі, незалежно від ігрового амплуа. Грають головою найчастіше захисники. Найбільшу кількість ударів головою та ногою завдають нападники. Таким чином, відсоткове співвідношення ТТД футболістів впливає на результативність їхнього ігрового амплуа.

Однією з особливостей гри команд цього віку є те, що гравці лінії захисту отримали інші функціональні завдання, і це насамперед пов'язане з розстановкою футболістів в обороні. Сьогодні тактика сучасного футболу визначає необхідність переходу на зонну гру в захисті як найпрогресивнішу в даний момент. Таким чином, чотири гравці оборони вишиковуються в уявну лінію, і при даному розміщенні гравців з'являється два нових амплуа: центральний правий і центральний лівий захисники.

Аналіз гри слід зазначити, що у ТТД юних футболістів 12-13 років, в іншому футбольному турнірі лише короткі та середні передачі м'яча назад і поперек входять до групи найбільш використовуваних ігрових прийомів для всіх ігрових амплуа. В обороні, частіше за інших, цей прийом використовують

захисники. У відборі м'яча, незалежно від ігрових амплуа, вступають усі футболісти, якщо частіше відбір здійснюють півзахисники, то числове значення виконаних відборів у захисників менше, і навпаки. Перехоплення м'яча виконують гравці оборони з найбільшими показниками у захисників, а найменші у півзахисників та нападаючих. Єдиноборства за м'яч угорі, частіше за інших, вступають захисники та нападники. Гра головою також прерогатива гравців оборони, що розташовуються в центрі, а найменший показник у нападників. Удари по воротах головою більше завдають нападники та півзахисники. Характеристики ТТД футболістів різних ігрових амплуа дозволяє розробити багаторівневу шкалу оцінок, визначальну ефективність підготовленості гравців груп початкового спортивного вдосконалення.

Виходячи з відсоткового аналізу виконання ТТД із м'ячом юних футболістів 12-13 років різних ігрових амплуа в умовах змагань, на попередніх турнірах, наведено кількісні та якісні характеристики ТТД із м'ячом за допомогою аналізу відеозаписів зіграних ігор на турнірі.

З даних випливає, що набір кількісних (виконаних дій) та якісних (позитивних та негативних) показників, за весь матч було виконано 794 дії з м'ячом. Позитивних дій – 654, та 140 – негативних. $794/60 = 13,2$ дії за хвилину. При цьому загальний відсоток шлюбу становив 17,6%.

Другий матч був виграний із рахунком 3-0. Повертаючись до найбільш значущому співвідношенню кількісних і якісних показників, виявлено, що за гру було зроблено 721 дію з м'ячом, їх 582 дії позитивні, 139 – негативні. $721/60=12$ дій на хвилину. Загальний відсоток – 19,2%.

Наступний матч був виграний із рахунком 4-2. Усього було 604 дії: позитивних – 482, і 122 – негативних. $604/60=10,1$ дію за хвилину. Загальний відсоток становив 20,1%.

Остання гра на турнірі була переможною із рахунком 3-0. Матч тривав 50 хвилин. Було зроблено 738 дій, їх 633 позитивних і 105 негативних.

Так, досліджувані спортсмени 12-13 років виконували в середньому за гру 714 ТТД з м'ячом. З них 587 позитивних та 126 негативних. $714/57,5 = 12,41$ дії, з м'ячом за хвилину, на команду. Загальний відсоток в середньому склав 17,8%. Це говорить про те, що м'яч частіше переходить від однієї команди до іншої. Команди не вміють ще контролювати м'яч.

Таким чином, можна зробити **висновки**. За умовами першого завдання було виявлено, що надійніші короткі та середні передачі поперек поля. Однак вони ускладнюють здійснення швидкісного маневру в атаці, дозволяють суперникам перегрупувати свої сили на найнебезпечнішій ділянці цієї атаки. У той же час довгі позовжні та діагональні передачі (а частково і середні) дозволяють здійснювати атаку на високій швидкості, вносять елемент раптовості, що дуже ускладнює дії оборонних, і тим самим створюють вигідні умови для виходу гравців на ударну позицію. Безперечно, що подібні передачі пов'язані зі значним ризиком втратити м'яч. Але цей ризик цілком виправданий, оскільки у разі успіху створюється безпосередня загроза воротам. Чим коротше передача, тим менше втрат м'яча, а чим довше (і гостріше), тим більший ризик втрат.

За умовами другого завдання, головний наголос у проведенні даного дослідження був зроблений на те, що в цьому віці 12-13 років тренери починають думати про спеціалізацію гравців (визначення амплуа, тактичну доцільність у грі команди), залежно від їх індивідуальних даних та показників у ЗД. Такий підрахунок, на наш погляд, допомагає робити менше помилок в ігровій діяльності, і виводити гравців на більш обдумані дії під час матчу, і, тим самим, підвищуючи їхній ігровий рівень, клас футболіста. Виходячи з проведених досліджень, авторська система підрахунку виконання ТТД з м'ячом, на наш погляд, виявилася більш ефективною.

Вона включає у свою структуру широкий перелік ТТД, як позитивних, і негативних, що природно, дає більш точну цифрову картину зіграного матчу. Розроблена нами раціональна система підрахунків забезпечить досягнення належного рівня технічних навичок.

Література:

1. Деделюк Н., Ковальчук Н., Ващук Л., Томашук О., Санюк В., Савчук С. Модель організації спортивнооздоровчої діяльності студентів вищих навчальних закладів. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: зб. наук. праць. 2018. № 1 (41). С. 46–50.

2. Дулібський А.В., Виноградський Б.А. Комплексний контроль у процесі підготовки команд з футболу. К: Практикум з футболу, 2003. С. 69-78.

3. Лелека В. М. Сучасні проблеми та перспективи розвитку фізичного виховання, здоров'я і професійної підготовки студентів. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. 2014. Вип.118(2). С. 138–140.

ЗАСТОСУВАННЯ КОМП'ЮТЕРНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ТРЕНУВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ СПОРТСМЕНІВ ІГРОВИХ ВИДІВ СПОРТУ

Тітова Г. В. Петрушина Ю.

Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет ім. К.Д. Ушинського» м. Одеса, Україна

Анотація. Останніми роками управління тренувальним процесом спортсменів, ігрових видів, різної кваліфікації здійснюється з використанням сучасних комп'ютерних технологій і є одним із перспективним напрямком удосконалення спортивної майстерності. В наш час нестримно та надзвичайно широко і швидко розвивається галузь комп'ютерних технологій.

Актуальність. Сучасні інформаційні технології дозволяють створювати, зберігати, переробляти інформацію і забезпечувати ефективність функціонування усіх сфер сучасного суспільства [2]. Проблемам вдосконалення інформаційного забезпечення в різних галузях знань присвячено праці вчених, які вважають, що поліпшення якості інформаційного