

Удосконалення системи підготовки кваліфікованого спортивного резерву у футболі

Національний університет фізичного виховання і спорту України (м. Київ)

Постановка наукової проблеми та її значення. Починаючи з 2014 р., UEFA прийняв рішення, обмежити клубам покупку кваліфікованих іноземних футболістів, що має сприяти підвищенню якості підготовки спортивного резерву для своїх країн (UEFA Executive Committee, 2012). Футбольні клуби, які раніше за інших зрозуміють, що найважливішою у їхній діяльності є підготовка власної кваліфікованої молоді, та зуміють приділити вирішенню цього питання достатньо уваги, зможуть досягти провідних позицій у вітчизняному й міжнародному футболі.

Виникає питання, які технології потрібно використовувати в процесі багаторічної підготовки юних футболістів. За наявними підходами та методиками навчання, у достатній кількості підготувати перспективну молодь не є можливим (Г. А. Лисенчук, 2003; Ю. В. Цубан, 2003; В. В. Богданець, 2005; П. А. Пономаренко, 2005; І. А. Арбузін, 2006; А. В. Петухов, 2006; М. Р. Григор'ян, 2009; С. С. Коваль, 2010; В. В. Ніколаєнко, 2010; А. В. Шамонін, 2010; Н. Х. Кудяшов, 2011 й ін.). По суті, технології навчання, що зараз застосовуються в клубах (академіях), уже застаріли й не відповідають сучасним стандартам підготовки футболістів високого рівня. Два-три кваліфікованих молодих футболісти в сезон на всі шістнадцять команд Прем'єр-ліги – це зовсім мало. Тому потрібно в клубах кардинально поміняти технологію підготовки юних футболістів, істотно не змінюючи при цьому його структуру. Тобто, де і як учити – питання, що в багатьох клубах і спортивних школах вирішується досить добре, а ось чого вчити – це залишається й досі не з'ясованим (В. Г. Тимофєєв, 2008).

Дослідження проводили в межах теми 2.3 «Науково-методичні основи вдосконалення системи підготовки спортсменів у футболі з урахуванням особливостей змагальної діяльності» Зведеного плану НДР у галузі фізичної культури і спорту Міністерства у справах сім'ї, молоді та спорту на 2011–2015 рр. (номер державної реєстрації – 0111U001722).

Мета роботи – обґрунтувати організаційно-методичні підходи до вдосконалення системи багаторічної підготовки юних футболістів.

Методи дослідження – аналіз спеціальної літератури, системний аналіз, метод педагогічного спостереження.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Аналіз організації та проведення навчально-тренувального процесу в спортивних школах із футболу засвідчив, що змістова складова спортивної підготовки, як і методика навчання юних футболістів, залишається незмінною протягом останнього півстоліття.

Час підтвердив, що на сучасному етапі розвитку футболу програмування тренувального процесу має ґрунтуватися на розвитку тих рухових здібностей, які найбільше відповідають вимогам сучасного швидкісного футболу (J. Thibert, 1989; А. Г. Курячий, 2011). Підґрунтям такого програмування повинні стати модельні характеристики висококваліфікованого футболіста (Г. А. Лисенчук, 2003, 2013; В. М. Костюкевич, 2006, 2012; В. М. Шамардін, 2013). Отже, щоб досягти вершин спортивної майстерності, діти повинні, наскільки це можливо, розвивати й удосконалювати рухові здібності, які відповідають ідеальному (модельному) футболістові. Варто відзначити, що в спорті, тим більше у футболі, ідеалу немає й бути не може. Досягнення цього етапу – це кінець розвитку, а такого в принципі бути не може. Але одне можливо стверджувати впевнено: тенденції у світовому футболі повинні бути важливим орієнтиром для кожної футбольної нації. І той, хто правильно їх визначить і відповідно організує тренувальний процес на різних етапах багаторічної підготовки юних футболістів із відповідними завданнями, пріоритетами та змістом, і буде домінувати в сучасному футболі.

Усесвітній закон розвитку – це рух у бік найменшого опору. У науці цей закон розглядають, як закон найменших витрат енергії, а в повсякденному розумінні – це закон оптимального гармонійного розвитку. У 50–70 рр. XX ст. цьому закону відповідала «система дворового футболу», найприродніша система, яка враховувала потреби й бажання дітей. У таких умовах видатними гравцями ставали насамперед ті, хто найбільше відповідав футболу внаслідок своїх природних можливостей, кому футбол давався легко, приносив справжню насолоду й задоволення.

Але з часом, коли позиції «дворового» футболу зайняв «організований», перемогла ідея, що футбол – це важка й складна робота з відповідними підходами до планування та вибору засобів тренувальних впливів. У результаті насолода від гри перетворилася на монотонну роботу з виконанням значних за обсягом й інтенсивністю навантажень, яку юні футболісти повинні «заосвоїти» та реалізувати в змагальній діяльності. Усе більше тренувальної та змагальної діяльності стало відповідати цим вимогам. Природно, що такий футбол утратив привабливість, перетворившись із красивої й захоплюючої гри в змагання, хто кого перебігає та виявиться сильнішим у єдиноборствах.

Такий стан у вітчизняному дитячо-юнацькому футболі обумовлений неправильно вибраними пріоритетами й орієнтирами в багаторічній підготовці юних спортсменів. Прогресивні ж щодо футболу країни, які заздалегідь правильно визначили, який футбол буде в майбутньому, перебудували всю систему підготовки юних талантів, нівелювали значимість спортивного результату, особливо на етапах початкового навчання, зробили акцент на розвиток у дітей креативності й індивідуальних здібностей із широким використанням елементів «дворового» футболу та виконанням рухових завдань, максимально наближених до умов реальної гри [5–8].

Зараз, наприклад, Нідерланди, Іспанія, Німеччина, Франція, а останнім часом і Бельгія забезпечили постійне надходження кваліфікованої молоді в спорт вищих досягнень, тим самим практично знявши проблему ліміту легіонерів у національних чемпіонатах і зайнявши лідируючі позиції у світовому футболі. На клубному рівні, безумовно, варто відзначити планомірну та якісну роботу з підготовки перспективної молоді у ФК «Аякс» і «Фейєноорд» (Нідерланди), «Брюгге» (Бельгія), «Барселона» (Іспанія), «Баварія» (Німеччина), «Аталанта» (Італія), «Вест Хем» і «Манчестер-Юнайтед» (Англія) «Пари Сен-Жермен» Франція [2]. Вихованці цих клубів демонструють чудову швидкісну техніку володіння м'ячем, виконують великий обсяг швидкісних рухових дій, показують високий рівень тактичної освіченості що поєднується з виправданими відповідно до ігрової ситуації нестандартними рішеннями.

Відомо, що якість підготовки юних футболістів залежить від трьох основних й обов'язкових складових частин навчально-тренувального процесу.

По-перше, це інфраструктура. На жаль, в Україні в більшості клубів матеріально-технічне забезпечення навчально-тренувального процесу юних футболістів не відповідає сучасним вимогам.

По-друге, зміст і методика навчання – це аспект, що давно вимагає переходу на нові прогресивні програми й технології навчання, якщо його не вирішити, то найближчим часом слід очікувати на «допомогу» не лише в особі легіонерів, а й із боку масового «десанту» іноземних (варто відзначити, що не кращої кваліфікації), фахівців для роботи в з різними категоріями юних спортсменів.

Третє (і найголовніше) – це низький рівень викладання в дитячо-юнацьких школах із футболу, що не сприяє раціональній підготовці кваліфікованого спортивного резерву.

На основі вищенаведеного можна стверджувати, що чим більше будемо «намагатися вчити по-старому», тим більше праці потрібно буде витратити на перенавчання молоді в «дорослому» футболі. Вихід із ситуації один – змінити стратегію підготовки спортсменів різного віку й кваліфікації, нівелювати суперечності між тренувальною та змагальною діяльністю, визначити пріоритети, зміст і технологію навчання з урахуванням вікових та індивідуальних можливостей юних футболістів, а також сучасних тенденцій розвитку футболу [3]. Варто відзначити, що футбол – це швидкість прийняття рішення, швидкість реалізації, переміщення й ін. дій у відповідь на мінливі ігрові ситуації.

Треба рішуче відійти від практики навчання рухових навичок, які не застосовуються в змагальній діяльності. Це стосується не лише техніки, а й усіх аспектів спортивної підготовки футболіста. Власне, базова підготовка хлопців, відірвана від реальності, не тільки малоефективна, але й шкідлива, оскільки не дає змоги юним спортсменам реалізувати себе в професійному футболі. Психологічна невпевненість і скутість у рухах, відсутність «свободи» мислення й швидкісної техніки володіння м'ячем – це ті характеристики, які притаманні вітчизняним юним футболістам. Із таким психологічним і тактико-технічним «багажем» гравцеві, навіть якщо він швидко прийняв правильне рішення, потрібно показати високий рівень виконавчої майстерності, але з цим якраз і проблема. Тому футболіст, зазвичай, іде шляхом найменшого опору, приймає найпростіші, легкопередбачувані суперником, дії. У результаті виходить не те, що футболіст задумав, а те, що він може зробити. Задумати можна все, а практично виконати в грі можливо лише те, що уможливорює майстерність футболіста. А вона здебільшого зводиться до хороших навичок жонгливання м'ячем, обведення стійок, а не захисника, досить високої техніки виконання ударів по нерухомому м'ячу або м'ячу, який повільно котиться, а також прийому м'яча в статичному положенні чи на середній швидкості пересування. Здавалося б, нічого страшного в цьому немає. Але якщо розглянути цю проблему більш

глибоко, то насправді виявляється, що велика кількість погано опанованих або непотрібних у грі технічних навичок тільки заважають футболісту своїм неякісно неусвідомленим проявом. І цьому існує наукове пояснення.

Традиційні системи підготовки спортсмена ґрунтуються на тому, що тіло само себе побудує, лише потрібно правильно виконувати необхідні рухові завдання. І досі більшість наукових робіт із футболу ґрунтуються на застарілих за своєю половинчастістю поглядах на спортсмена як на бездушну біологічну істоту.

Тренування футболіста – це, передусім, процес, спрямований на формування психічних програм з управління своїм тілом. І які програми засвоює той чи інший спортсмен, то тільки вони й ніякі інші управляють ним у його руховій діяльності. Тому все програмування тренувального процесу має виходити з фундаментального положення про пріоритет психіки як споконвічного керуючого початку абсолютно всієї практичної діяльності людини (І. М. Сеченов, 1863; М. Є. Введенський, 1950; І. П. Павлов, 1954; О. О. Ухтомський, 1966; Д. М. Узнадзе, 1966 та ін.). Потрібно зрозуміти просту істину, що все спочатку відбувається в голові, там початок всіх початків, а тіло тільки проявляє на видимому фізичному рівні процеси, що відбуваються в мозку людини. Тіло людини без керування мозком у своїх рухах абсолютно не самостійне, і якщо мозок не прийме ніякого рішення, то тіло не зрушиться. І навчати чого-небудь потрібно не тіло, а мозок, який керує тілом, оскільки в процесі навчання відбувається впровадження нових інформаційних програм у загальну інформаційну структуру людини. Звідси – успіх у навчанні визначатиметься кількістю і якістю потрібної інформації щодо управління своїм тілом, які засвоїв учень.

Людська психіка влаштована таким чином, що все, що з людиною відбувається, залишається в глибинах її пам'яті (підсвідомості). Навіть якщо подія або якась дія сталась із людиною всього лише раз, то вона все одно залишається в людині назавжди й навіть у тому випадку, якщо людина про неї нічого не пам'ятає.

Будь-яка рухова дія людини ґрунтується на інформації, яка міститься в пам'яті, та будується з найдрібніших рухів, що становлять один великий або маленький руховий акт, виходячи із нагальних, а у футболі – «миттєвих» потреб. Будь-які рухові акти людини можуть стати автоматичними й вилучатись із пам'яті свідомо або проявлятися самі собою у відповідь на якийсь відомий або неусвідомлений пусковий стимул. Пусковий стимул – це внутрішній сигнал, який зумовлює певні дії людини у відповідь на зовнішні обставини. Він може бути усвідомленим або неусвідомленим, тобто автоматичним. Ось у цьому неусвідомленому прояві й полягає проблема погано засвоєних і, головне, непотрібних дій, а тим більше, коли пусковий стимул активує ті рухові навички, які за своєю структурою (біомеханікою) не підходять для вдалих дій у певній ігровій ситуації. А оскільки на заняттях, як сказано вище, удосконалюють багато малоприсаєднаних у сучасному футболі технічних навичок, але засвоєних добре, то природно, що пусковий стимул вибирає й активує саме їх.

Звідси – здавалося б, парадоксальний висновок: щоб покращити технічну майстерність юних футболістів, треба, не скорочуючи навчальний час на технічну підготовку, суттєво зменшити різноманітність технічних прийомів, які вивчаються, а ті технічні, що не придатні для сучасного швидкісного футболу, виключити з тренувального процесу повністю. Особливо це стосується технічних прийомів, які виконуються в статичному положенні. Треба чітко усвідомити той уже незаперечний факт, що вміння виконувати будь-який технічний прийом на місці не переноситься автоматично на його виконання в русі. Один і той самий технічний прийом, що виконується на місці та в русі, – це абсолютно різні рухові дії з такою ж різною біомеханікою їх виконання. І природно, що в процесі навчання вони теж повинні розглядатися як два різних технічних прийоми, а перевагу треба надавати діям у русі.

Водночас варто відзначити ще один важливий факт: навіть один і той самий технічний прийом, що виконується на невеликій швидкості, буде погано виконуватися на максимальній швидкості. Тому такий руховий навик тільки тоді вважатиметься добре засвоєним, коли футболіст зможе його стабільно й правильно виконувати на будь-якій швидкості аж до максимальної, а в поєднанні зі швидкістю тактичного мислення це визначатиме високий рівень майстерності футболіста. Отже, пріоритетним напрямом у технічній підготовці юних футболістів має стати виконання спеціалізованих рухових завдань, насамперед, зі швидкості й в умовах активного протистояння, дефіциту часу та обмеженого простору [4].

Однак настільки ясний і зрозумілий погляд на природу й сутність людини не знайшов гідного застосування в системі багаторічної підготовки юних спортсменів. Як і раніше, у наукових публікаціях розглядають систему вдосконалення рухових здібностей спортсменів без урахування пріоритету

психіки. Зміст цих робіт зводиться до того, що виховати кваліфікованого спортсмена можна при «правильно» обраній спрямованості рухових завдань і визначенних кількісних параметрів тренувальних впливів. Цей підхід простежуємо в роботі дитячих спортивних шкіл і клубів із футболу.

Станом на 1 січня 2012 р. в Україні функціонує 952 відділення футболу в дитячо-юнацьких спортивних школах, у яких займається понад 150 тис. юних футболістів [1]. Досить велика цифра, однак недостатня, порівняно з такими країнами, як Нідерланди або Бельгія, які за кількістю мешканців значно поступаються Україні. І все ж при такій кількості дітей, котрі займаються футболом, Україна не повинна відчувати дефіциту у кваліфікованих гравцях. Але їх уже не вистачає для формування юнацьких і молодіжної збірних команд. Звідси висновок: система багаторічного вдосконалення спортсменів ґрунтується на застарілих методиках навчання, які не дають змоги підготувати повноцінний резерв для професійного футболу. Тому кількість учнів не має значення, хоч десять дітей, хоч десять тисяч, півмільйона, проте всі вони займаються за одними методиками навчання із невеликими варіаціями, що видаються за нові технології підготовки. Як наслідок, до моменту досягнення нижньої межі перших великих успіхів, а у футболі це період із 19 до 23 років, велика кількість перспективної молоді володіє вміннями й навичками, які не придатні для сучасного спорту вищих досягнень.

Отже, виходячи з того, що всім у людині управляє психіка, то вся увага має концентруватися, насамперед, на її первісному розвитку, що сприятиме становленню високого рівня майстерності футболіста.

Помилка в розумінні сутності психологічної підготовки полягає в тому, що її сприймають як розвиток усього лише певних властивостей особистості й психічних якостей спортсмена. Але якщо подивитися на фізичну підготовку, то виявиться, що в її основі теж лежить психологічний складник, розвиток якого й забезпечує рівень прояву спортсменом необхідних кондиційних рухових якостей у змагальній діяльності. Так, при вдосконаленні абсолютно всіх рухових якостей людини, спочатку розвиваються структури мозку, що керують м'язами підлеглого йому тіла (К. Макгонігал, 2013). Більше того, навіть генетичний рівень клітинки в основі своїй вторинний стосовно психіки людини. Генетичний рівень – це теж виконавчий рівень, що запускає «будівництво організму людини» за програмами, засвоєними психікою індивідуума. Установлено, що в основі процесу будівництва клітини лежить первісна генетична програма, але вона постійно коригується інформацією, яка управляє клітинкою. Звідси – кожна нова клітина вже в чомусь не схожа на стару клітинку, яку вона замінила.

Дослідження австралійських учених (Р. Prescott et al., 2005) із вивчення нуклеарної клітини засвідчили, що жива клітина тіла, із якої видалено ядро, що містить генетичну програму, не вмирає, а продовжує нормально функціонувати, правда, до тих пір, поки не буде потрібна заміна пошкоджених органів клітини або її розмноження.

Теорія ж про все визначальну роль гена виявилася неправильною. Ген теж керований психікою. По-іншому й бути не може. Саме зміни в інформаційній програмі призводять до корегування генетичної програми клітини, а не навпаки. Тому рівень фізичної підготовленості спортсмена, відбитий на генетичному рівні, визначатиметься й на психічному рівні.

Звідси – хибний погляд на селекційну роботу: головне – знайти обдарованого хлопчика, і він обов'язково стане кваліфікованим футболістом. Але на практиці це далеко не так. Генетична схильність до якого-небудь виду діяльності – це лише потенціал, який можна розвинути, а можна й утратити через неправильну методику навчання. Цілий штат спортивних селекціонерів перебуває в постійному пошуку талановитих дітей, і коли їх знаходять, то віддають у клуб на навчання. Унаслідок багаторічної підготовки обдаровані діти засвоюють те, чого їх учили, але вершин футбольного майстерності так і не досягають. Усе знову зводиться до того: чого вчили, тим і стали. Ніхто не заперечує, що селекція важлива й необхідна, але це – тільки півсправи, головне – навчально-тренувальний процес.

Щодо тактичної підготовки футболіста можна відзначити, що це ніщо інше, як психологічна підготовка, заснована на внесенні в психіку людини програм рухових дій у відповідь на ігрову ситуацію, що складається під час матчу. Зміст цих програм визначається розвитком і вимогами сучасного футболу, а також поглядами на стиль та тактичну побудову гри команди в клубі.

Отже, в основі всіх рухових здібностей людини лежить психологічний компонент, тому, виходячи з того, що всі рухові дії людини обумовлені проявом прихованих психічних процесів щодо управління тілом людини за допомогою інформаційних програм, уся тренувальна діяльність повинна зводитися до психологічної підготовки футболіста в найширшому сенсі його розуміння.

У вузькому сенсі, психологічна підготовка – це система психолого-педагогічних впливів, що застосовуються для формування та вдосконалення в спортсменів властивостей особистості й психічних якостей, необхідних для успішного виконання тренувальної діяльності, підготовки до змагань і надійного виступу в них (Ю. Ф. Курамшин, 2007).

У спортивній практиці однією з провідних психічних якостей чомусь прийнято вважати силу волі. При цьому варто розуміти, що ця якість часто завдає самому спортсмену більше шкоди, ніж користі. За своєю суттю сила волі – це психічна функція, яка полягає в здатності індивіда до свідомого управління власною психікою й вчинками в процесі прийняття рішень для досягнення поставлених цілей (Л. А. Карпенко, 1985).

Стосовно тренувальної діяльності, коли спортсмен виконує рухові завдання, то він долає психічний стан «не хочу» або «не можу», який часто слугує йому захисним бар'єром, що не дає змоги надмірно перевантажувати своє тіло. А в стані «не можу, але треба» при добре розвиненій силі волі можна досягти різних межових станів перенапруження або перетренованості. Здавалося б, глухий кут: при слабкій силі волі нічого не досягнеш, при добре розвиненій силі волі можеш нашкодити своєму організму, що часто й спостерігається в дитячому футболі при нераціональній побудові тренувального процесу, із невиправдано ранньою практикою участі в офіційних змаганнях і використанням навантажень, неадекватних віковим можливостям дітей.

Вихід полягає в тому, що людина володіє якістю набагато кориснішою й ефективнішою за силу волі, – це інтерес.

Це складний стан психіки людини, що спрямовує та мимоволі утримує його увагу на певному виді діяльності за допомогою активації внутрішньою потребою виразно спрямованих розумових процесів (А. Н. Чудінов, 1910). Тобто людьми править інтерес, а дітьми – тим більше. Отже, для успішної тренувальної діяльності потрібно підходити творчо до проведення занять, щоб вони викликали постійний і живий інтерес у юних футболістів.

У системі багаторічної підготовки юних футболістів формування інтересу цілком визначається особистісними якостями й професіоналізмом дитячого тренера. Талановитий тренер може так організувати та провести заняття, що навіть найбільш нецікавий навчальний матеріал стане цікавим, а отже, буде легко засвоєний. Це пояснюється тим, що під час цікавої діяльності задіяно в основному мимовільну увагу, яка набагато ефективніша, ніж довільна увага, для підтримки якої необхідні зусилля сили волі. Саме стан інтересу без усяких зусиль мобілізує функціональні системи дитячого організму на виконання рухових завдань.

Відомо, що на одні й ті самі рухові дії спортсмен, залежно від свого психологічного стану, обумовленого установкою тренера, витрачає різну кількість енергії. Так, якщо спортсмена інформують, що рухове завдання важке, то на нього витрачається набагато більше енергії, ніж на аналогічне за величиною навантаження, але з установкою на його доступність. Пояснюється це тим, що певні психологічні установки активують відповідні програми рухових дій. Якщо установка «важко», то природно будуть активуватися програми рухових дій, які відповідають цьому почуттю. А якщо установка «легко», то задіюватимуться програми, що відповідають почуттю легко. Реакція людини обумовлена тим, що при певних розумових процесах мозкові структури виділяють нейропептиди (біохімічні регулятори), які активно впливають на регуляцію станів організму людини відповідно до отриманої установки. А це означає, що установка проявляється не лише на психічному, але й на біохімічному рівні організації функціонування соматички людини (Є. П. Льїн, 2004).

Стан інтересу, здебільшого й найлегше виникає на істотну для людини інформацію, що викликає позитивні емоції. Людина так влаштована. Завжди прагне до приємного для себе. Тому, якщо заняття відповідає двом критеріям – цікаво й приємно, – то юний футболіст завжди отримуватиме задоволення від своєї тренувальної діяльності. І таке заняття більш ефективне в плані навчання, зростання спортивної майстерності, збереження та зміцнення здоров'я й, звичайно, гармонійного розвитку футболіста.

Отже, виходячи із вищевикладених теоретичних положень, потрібно переглянути технологію навчання юних футболістів з урахуванням пріоритету психіки в усіх їхніх діях. На перший погляд, може видатися, що процес переходу на нові технології досить складний. Водночас складно лише в теорії, а на практиці все набагато простіше й легко реалізується. Головне, що не змінюється сам навчально-тренувальний процес. Умови та структура проведення занять залишаються колишніми, як і методи навчання. Змінюються тільки зміст і методика навчання. Підсумком такої перебудови є те, що заняття з «важкого» й «складного», завдяки відповідним психологічним установкам, стає «легким» і «приємним», підвищується ефективність процесу навчання в напрямі формування високого рівня спортивної майстерності юних футболістів.

Юнаки, а тим більше діти, завжди намагаються уникати негативної психологічної обстановки. Мало того, вони прагнуть не запам'ятовувати, точніше – не засвоювати ті негативні стани, у яких відчували дискомфорт. Природа передбачила такий захисний механізм для того, щоб дитина сама себе не руйнувала. Водночас вітчизняна практика зводиться до того, що учневі постійно намагаються нав'язати, що на заняттях треба «працювати, працювати й працювати» і що тільки так можна стати гарним футболістом. Як результат такої мотивації пам'ять юного спортсмена відразу ж після заняття намагається мінімізувати вплив тих негативних станів, які він відчував, а саме дитина намагається їх не запам'ятовувати. А оскільки в основі всіх рухових здібностей людини лежать психічні процеси, то природно: те, чого навчалися в негативному емоційному стані, запам'ятовуватиметься з великим труднощами. А якщо що й запам'яталося, то дитина намагатиметься до цього негативного стану не повертатися. Але і це – лише частина негативних наслідків. Головне ж полягає в тому, що внаслідок таких занять не відбувається достатніх змін у фізіологічних системах організму дитини, а отже й недостатньо розгортаються адаптаційні процеси. Як висновок: заняття, що супроводжуються негативними емоціями, – малоефективні та абсолютно неприйнятні в сучасній системі підготовки юних спортсменів.

Сьогодні, попри економічні труднощі, у багатьох регіонах країни з'являються академії футболу з гарною матеріально-технічною базою. Це – позитивне явище для суспільства. Ніхто не будуватиме нове підприємство, якщо не створено нову модель продукції. Так повинно бути й зі створенням нових академій футболу. Спочатку розробляється концепція з відповідними завданнями для кожного етапу підготовки, визначається стиль гри й модель сучасного футболіста, формується кваліфікований тренерський штат для її реалізації, створюється необхідна інфраструктура, а потім відкривається академія.

На першому місці в ній має бути сучасна спортивна наука, недарма ж вона називається академією. Спромоглась академія розробити раціональну систему багаторічної підготовки, правильно визначити орієнтири та засоби їх досягнення, тоді така академія з успіхом виконує головне своє задання – підготовку кваліфікованої молоді для професійного футболу, а якщо не змогла – то розв'язує завдання масового спорту, що теж непогано в плані морального виховання й фізичного розвитку дітей. Однак така діяльність не відповідає функції цієї спортивної установи.

Ще один важливий момент щодо застосування нових технологій навчання: упровадження всього нового завжди викликає недовіру в тренерів, але, щоб не зупинятися у своєму розвитку й відповідно забезпечувати прогрес учнів, треба пробувати, порівнювати, розмірковувати.

Тренер, проводячи заняття з юними футболістами різного віку й спостерігаючи за динамікою становлення спортивної майстерності, цілком самостійно може визначити ефективність нових технологій навчання. І якщо тренер висловлює конструктивні критичні зауваження з приводу їх застосування, то потрібно проаналізувати ситуацію й пересвідчитися в правоті висловлювань і внести відповідні корективи в навчально-тренувальний процес або їх спростувати. Це – нормальний творчий процес.

Незгодними можуть бути лише творчі, мислячі, схильні до аналізу тренери, які й визначають статус будь-якої спортивної школи та академії. І чим їх більше, тим вищий престиж і спортивні досягнення клубу. На першому місці в будь-якому футбольному клубі має бути не селекція футболістів, хоча важливості її ніхто не заперечує, а «селекція» тренерів. Треба чітко розуміти, що найкращі технології навчання без кваліфікованих тренерів не дадуть позитивного результату.

Водночас спостереження за роботою дитячих тренерів здебільшого показали, що найслабшою ланкою в підготовці перспективної молоді в Україні є не дефіцит талановитих дітей, а гострий дефіцит компетентних дитячих тренерів. І поки ця проблема не буде розв'язана, то спортсменів, які задовольняють вимоги вітчизняних професійних команд, а тим більше – відповідають рівню міжнародного футболу, очікувати не доводиться.

Дефіцит кваліфікованих тренерських кадрів виник не сьогодні, а ця проблема пов'язана з тим, що за останні десятиліття у зв'язку з недостатнім матеріальним забезпеченням спортивних шкіл та низькою заробітною платою, була порушена система відбору кваліфікованих і психологічно схильних, а головне – природно талановитих, котрі мають покликання для роботи в дитячому колективі, педагогів.

Розв'язати проблему без державної підтримки, зміцнення позицій вищих педагогічних навчальних закладів складно, проте все ж в умовах, що склалися, бачиться майбутнє дитячого футболу за прогресивно мислячими керівниками спортивних клубів. Так, у структурі спортивної організації як один із можливих варіантів підвищення якості навчання футболістів потрібно створити невелику, із кількох людей, наукову групу, яка на основі аналізу передового досвіду підготовки юних спортсменів

розроблятиме та впроваджуватиме за допомогою перенавчання тренерів сучасні технології навчання. Відмінною рисою роботи наукової групи повинні стати оперативність пошуку й упровадження методик, постійний контроль якості проведення занять та коригування навчальних програм. Варто відзначити, що реалізація цього проекту можлива лише на основі тісної, а головне – творчої співпраці всього педагогічного колективу, не забуваючи про найголовнішого учасника цього процесу – дітей. Якби теоретичні розробки не створювалися, їх ефективність залежати не тільки від педагогічної майстерності та компетентності тренера, а й від активності вихованців. Юні футболісти повинні мати чіткі уявлення, що і як виконувати, для чого це потрібно, висловлювати свою думку й пропонувати рішення. Тільки триєдина співпраця наукової групи, тренерів та учнів дасть змогу наблизити до поставленої мети – підготовки кваліфікованої молоді для професійного футболу.

Висновки й перспективи подальших досліджень. Педагогічні спостереження та аналіз спеціальної науково-методичної літератури й мережі Інтернет підтверджують актуальність і значущість упровадження у вітчизняну практику передового досвіду підготовки кваліфікованих футболістів для спорту вищих досягнень.

Водночас, виходячи з реалій дитячо-юнацького футболу в Україні, необхідна не реформа всієї системи навчання, а продумана й добре прорахована якісна зміна змісту навчальної програми з підготовки юних футболістів, а також навчальних програм із підготовки та підвищення кваліфікації тренерів у напрямі застосування сучасних технологій навчання, реорганізації системи дитячих змагання та особливо перегляду стратегії підготовки й відповідно до позицій у системі відносин «тренер – учень».

Якби реформи системи багаторічної підготовки ні проводились, усе, кінець кінцем, визначатиметься рівнем компетентності та педагогічної майстерності тренера. А це означає, що будь-які зміни, якщо вони не спрямовані на розвиток центральної ланки процесу навчання «тренер – учень», приречені на поразку.

Урахування результатів цього дослідження в практичній діяльності спортивних шкіл і клубів сприятиме підвищенню якості підготовки юних футболістів, що дасть змогу привести його у відповідність із національними інтересами й наблизити до стандартів розвитку дитячо-юнацького, резервного та професійного футболу у світі.

Джерела та література

1. Концепція Державної цільової соціальної програми «Футбол України: здоров'я, престиж та єдність нації» на 2014–2018 роки [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://dsmsu.gov.ua/index/ua/material/11628>
2. Пасичный В. Лучшее – детям. Ведущие футбольные школы Европы [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://www.ua-football.com/foreign/spain/5041ac8a.html>
3. Николаенко В. В. Построение многолетней подготовки в современном футболе / В. В. Николаенко // Наука в олимпийском спорте. – Киев, 2014. – № 1. – С. 12–16.
4. Пономаренко П. А. Учись видеть поле / П. А. Пономаренко. – Донецк : РИП «Лебедь», 1994. – 112 с.
5. Browaeys B. The Philosophy of youth development at the Belgian FA / B. Browaeys. – UEFA STUDY GROUP, 2010. – 38 p.
6. FUSSBALL IST ZUKUNFT:Konzeption des DFB-Fußballentwicklungsplans / Deutscher Fussball-Bund. – Munster : Philippka-Sportverlag, 2007. – 122 S.
7. Krasnoff L. S. Spain v. France: Blueprints for Developing Soccer Talent? / L. S. Krasnoff. – Fairfax : George Mason University: The Center for the Study of Sport and Leisure in Society, 2012. – P. 57–59.
8. Hyballa P. Mythos niederländischer Nachwuchsfußball / P. Hyballa, H. Poel. – Aachen : Meyer&Meyer, 2011. – 236 p.

Анотації

Вивчення питань, пов'язаних з удосконаленням системи підготовки спортивного резерву у футболі, завжди було й залишається актуальним і практично значущим, що й зумовило проведення цих досліджень. Мета роботи – обґрунтувати організаційно-методичні підходи до вдосконалення системи багаторічної підготовки юних футболістів. Проведено аналіз змісту та спрямованості роботи спортивних організацій із підготовки перспективної молоді. Показано низку принципових і системних відмінностей між традиційними та прогресивними підходами до побудови навчально-тренувального процесу. Визначено необхідність внесення змін у вітчизняну систему багаторічної підготовки, практику проведення тренувального процесу, педагогічні підходи управління спортивною діяльністю юних футболістів.

Ключові слова: організація підготовки, технологія навчання, зміст підготовки, юні футболісти.

Андрей Шевченко, Валерий Николаенко. Совершенствование системы подготовки квалифицированного спортивного резерва в футболе. Изучение вопросов, связанных с совершенствованием системы подготовки

спортивного резерва в футболі, завжди були і остаються актуальними і практично значимими, що і обумовило проведення даних досліджень. Цель – обосновать організаційно-методическіе підходи к совершенствованию системы многолетней подготовки юных футболистов. Проведен анализ содержания и направленности работы спортивных организаций по подготовке перспективной молодежи. Показано ряд принципиальных и системных различий между традиционными и прогрессивными подходами к построению учебно-тренировочного процесса. Определена необходимость внесения изменений в отечественную систему многолетней подготовки, практику проведения тренировочного процесса, педагогические подходы управления спортивной деятельностью юных футболистов.

Ключевые слова: организация подготовки, технология обучения, содержание подготовки, юные футболисты.

Andriy Shevchenko, Valery Nikolayenko. Perfection of the System of Preparation of Skilled Sporting Reserve is in Football. Study of questions, related to perfection of the system of preparation of sporting reserve in football, always were and remain actual and practically meaningful, what stipulated realization of these researches. Purpose – to ground the organizationally-methodical going near perfection of the system of long-term preparation of young footballers. The analysis of maintenance and orientation of work of sporting organizations is conducted on preparation of perspective young people. The row of fundamental and system distinctions is shown between the traditional and progressive going near the construction of учебно-тренировочного process. The necessity of making alteration is defined for the domestic system of long-term preparation, practice of realization of training process, pedagogical approaches of management sporting activity of young footballers.

Key words: organization of preparation, teaching technology, maintenance of preparation, young footballers.

УДК: 796:616.711+615.825

Юрий Фурман

Влияние современного спорта на опорно-двигательный аппарат спортсмена

Винницкий государственный педагогический университет
имени Михаила Коцюбинского (г. Винница)

Постановка научной проблемы и ее значение. Развитие профессионального и олимпийского спорта с их высокой конкуренцией, сверхинтенсивными нагрузками сопровождается повышенным травматизмом, различного рода профессиональными заболеваниями, предпатологическими и патологическими состояниями, представляющими угрозу для здоровья спортсменов, эффективности их тренировочной и соревновательной деятельности [9].

За последние 15–20 лет физические нагрузки в большинстве видов спорта только по объему увеличились в 4–5 раз [1]. Повышенные нагрузки сопровождаются высоким психоэмоциональным напряжением и приводят к максимальной мобилизации физиологических резервов организма, прямопропорционально увеличивая количество случаев серьезных отклонений в состоянии здоровья спортсмена, главным критерием которого является спортивный результат [4].

Особо уязвим для травм и деформаций в процессе учебно-тренировочных занятий и соревнований позвоночник спортсмена, испытывающий громадные статико-динамические нагрузки. При рационально проводимой тренировке он приспосабливается к систематическим возрастающим напряжениям и нагрузкам: ударам, растягивающим, сжимающим, скручивающим воздействиям физических упражнений [6], однако в условиях современных спортивных тренировок (ежедневные и двухразовые тренировки в день) различные элементы позвоночника подвергаются постоянной травматизации и неблагоприятному воздействию спортивных поз. В результате возникают специфические повреждения, заболевания и отклонения в формировании позвоночника, характерные для определенных видов спорта. На фоне этого нередко наблюдается прекращение роста спортивных результатов, их снижение или даже потеря спортивной работоспособности [5].

Учет особенностей влияния различных видов спорта на опорно-двигательный аппарат необходим для профилактики различных ортопедических заболеваний позвоночника спортсменов [8].

Цель работы – систематизировать современные научно-методические знания и результаты практического опыта по вопросу влияния занятий различными видами спорта на опорно-двигательный аппарат спортсменов.

Методы исследования – анализ специальной научно-методической литературы.