

14. Mosston M. Teaching physical education. – Merrill Books, 1996. – 238 p.
15. Stepanchenko N. I. Dispositional factors of personality professional development of the future teachers of physical education and sport / Stepanchenko N. I., Briskin Y. A. // Physical education of students. – 2019. – № 4. – С. 202–208.
16. Dragnev Y. V. Modern Reality of Professional Development of a Future Teacher of Physical Culture: Informative-Educational Environment / Y. V. Dragnev // European Researcher. – 2012. – Vol. (21), №5–2, P. 657 – 658.
17. Pedagogical conditions of innovative educational technologies introduction into the professional training of future specialists in the field of physical education and sport / Danylevych M., Romanchuk O., Hribovska I., Ivanochko V. // Journal of Physical Education and Sport. – 2017. – 17(3);171:1113–1119. DOI: 10.7752/jpes.2017.03171.

Reference

1. Anokhin, N.V., Karavaev, D.V. (2005), Sportivna borotba yak zasib vikhovannya fizichnoi kulturi ta zdorov'ya pidrostayuchoho pokolinnya. Fizichna kultura i sport v suchasnomu suspilstvi : mater. Vseross. nauch. konf. – Khabarovsk., pp. 6–11.
2. Balushka L. (2014) Vpliv zasobiv sportivnoi borotbi na pokazniki fizichnoi pidhotovlenosti litseyistiv. *Sportivna nauka Ukraini*. pp.17–21.
3. Volnaya borba: muzhchiny, zhenshchiny (2012). Uchebnaya programma dlya detsko-yunosheskih sportivnykh shkol, spetsializirovannykh detsko-yunosheskih shkol olimpiyskogo rezerva, shkol vysshego sportivnogo masterstva i spetsializirovannykh uchebnykh zavedeniy sportivnogo profilya. ASBU. 95 p.
4. Dubovis, M. S., Tsvek, S. F. (2000) Planuvannya navchalnoi roboti z fizichnoi kulturi v 5- 11 klasakh : metod. rek. Kiyiv : Pedahohichna presa, 2000. 164 p.
5. Balushka L. M., Tkach Yu. A., Khimenes Kh. R., Okopnyi A. M., Pitin M. P. (2020) Efektivnist vikoristannya zasobiv borotbi u fizichnomu vikhovanni uchniv vikom 15-16 rokiv. Naukoviy chasopis Natsionalnoho pedahohichnoho universitetu imeni M.P.Drahomanova. Seriya № 15. Naukovo-pedahohichni problemi fizichnoi kulturi (fizichna kultura i sport): zb. naukovikh prats. Vip. 3 (123) 20. pp. 9–16.
6. Ilitska H. S., Ilitska L. V., Ilitskiy S. V. (2018) Fizichna kultura. 10 klas. Riven standartu. Kharkiv. : Osnova, 112 p.
7. Krutsevich, T.Yu., Vorobyov, M.I., Bezverkhnya, H.V. (2011), Kontrol u fizichnomu vikhovanni ditey, pidlitkiv i molodi: navch. posib. Kiyiv : Olimp. I-ra. 224 p.
8. Pistun, A.I. (2008), Sportivna borotba. Lviv: «Triada plyus», 864 p.
9. Stefanishin M. V. (2017) Diferentsiatsiya otsinyuvannya fizichnoi pidhotovlenosti shkolyariv 10–11 klasiv: avtoref. dis. ... kand. nauk z fiz. vikhovannya ta sportu: [spets.] 24.00.02. Lviv. 20 p.
10. Navchalna prohrama z fizichnoi kulturi dlya zahalnoosvitnikh navchalnikh zakladiv 10 – 11 klasi. Riven standartu. 2010. 45 p.
11. Navchalna prohrama z fizichnoi kulturi dlya zahalnoosvitnikh navchalnikh zakladiv 10 – 11 klasi. Riven standartu. 2017. 164 p.
12. Stroot, S. A. (2014), Case Studies in Physical Education: Real World Preparation for Teaching. Routledge, 156 p.
13. Reiman, M. P., Manske, R. C. (2009), Functional testing in human performance. Champaign IL : Human Kinetics. 308 p.
14. Mosston, M. (1996), Teaching physical education. Merrill Books, 1996. 238 p.
15. Stepanchenko, N. I., Briskin, Y. A. (2019), Dispositional factors of personality professional development of the future teachers of physical education and sport. Physical education of students. № 4. p. 202–8.
16. Dragnev, Y. V. (2012), Modern Reality of Professional Development of a Future Teacher of Physical Culture: Informative-Educational Environment. European Researcher. Vol. (21), №5–2, P. 657–8.
17. Danylevych, M., Romanchuk, O., Hribovska, I., Ivanochko, V. (2017), Pedagogical conditions of innovative educational technologies introduction into the professional training of future specialists in the field of physical education and sport. Journal of Physical Education and Sport. 17(3);171:1113–9. DOI: 10.7752/jpes.2017.03171.

DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2020.5(125).30

УДК: 796.33/61

Улан А.М.,
к. фіз. вих., старший викладач, Національний університет фізичного виховання і спорту України
Кос Р.С.,
магістрант, Національний університет фізичного виховання і спорту України
Іваненко О.М.,
викладач, Харківський національний університет внутрішніх справ

ВІКОВІ ОСОБЛИВОСТІ СПОРТИВНОЇ КАР'ЄРИ ФУТБОЛІСТІВ РІЗНИХ ІГРОВИХ АМПЛУА

В статті представлені результати вивчення сучасної тенденції раннього початку занять спортом, зокрема футболом. У ході дослідження були визначені вікові особливості спортивної кар'єри футболістів різних ігрових амплуа. Статистичний аналіз професійної кар'єри висококваліфікованих футболістів дозволив установити середній вік початку занять спортом, тривалість спортивної кар'єри та середній вік завершення занять спортом серед голкіперів, гравців лінії захисту та нападу. Результати, отримані у ході дослідження, дозволяють припустити необхідність розширення вікових меж початку занять футболом та корекції першої стадії багаторічного процесу спортивного удосконалення футболістів, враховуючи сучасні тенденції розвитку світового футболу.

Ключові слова: вік початку занять спортом, вік завершення спортивної кар'єри, футбол, ігрове амплуа,

тривалість спортивної кар'єри.

Улан А.Н., Кос Р.С., Иваненко Е.Н. Возрастные особенности спортивной карьеры футболистов различных игровых амплуа. В статье представлены результаты изучения современной тенденции раннего начала занятий спортом, в частности футболом. В ходе исследования были определены возрастные особенности спортивной карьеры футболистов различных игровых амплуа. Статистический анализ профессиональной карьеры высококвалифицированных футболистов позволил установить средний возраст начала занятий спортом, продолжительность спортивной карьеры и средний возраст завершения занятий спортом среди голкиперов, игроков линии защиты и нападения. Результаты, полученные в ходе исследования, позволяют предположить необходимость расширения возрастных границ начала занятий футболом и коррекции первой стадии многолетнего процесса спортивного совершенствования футболистов, учитывая современные тенденции развития мирового футбола.

Ключевые слова: возраст начала занятий спортом, возраст завершения спортивной карьеры, футбол, игровое амплуа, продолжительность спортивной карьеры.

Ulan A.N., Kos R.S., Ivanenko E.N. Age features of football players' sports career in various game specializations.

The article presents the results of the study of the current trend of early start in sports, in particular football. In the course of the study, the age characteristics of the sports career of football players of various playing roles were determined. Statistical analysis of the professional careers of highly qualified football players made it possible to establish the average age of starting sports, the duration of a sports career and the average age of ending sports among footballers. The study involved goalkeepers, defensive line players, offensive line players who professionally practice football and represent the world's leading football clubs. The results obtained in the course of the study suggest the need to expand the age boundaries of the beginning of football and to correct the first stage of the long-term process of sports improvement of football players, taking into account the current trends in the development of world football.

Keywords: age of the beginning of sports, age of the end of sports career, football, playing role, duration of sports career.

Постановка проблеми. Основою для формування рухового потенціалу юного футболіста є перший та другий періоди його багаторічної підготовки. Саме на початковому етапі та етапі попередньої базової підготовки перед тренером висувається завдання створити у спортсмена багатограний та міцний руховий фундамент, на базі якого в подальшому буде формуватись технічна майстерність спортсмена.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Аналіз спеціальної науково-методичної літератури дозволяє зазначити, що сьогодні існує значна кількість наукових робіт присвячена вивченню багаторічної системи підготовки спортсменів [1, 2, 4]. Однак, еволюційний розвиток світового футболу вносить корективи та висуває нові вимоги до побудови тренувального процесу спортсменів, а також робить актуальним визначення нових вікових зон початку занять спортом футболістами, тривалості їх спортивної кар'єри та віку закінчення занять спортом. Актуальність даної проблеми обумовлена також необхідністю уникнення форсування підготовки юних футболістів та збільшення тривалості періоду їх виступів на рівні вищої спортивної майстерності [3, 7].

У зв'язку з цим можна вважати, що існуючі дані стосовно вікових особливостей спортсменів та їх кар'єри у футболі потребують уточнення та оновлення, беручи до уваги сучасні тенденції розвитку спорту та футболу зокрема [6].

Зв'язок роботи з науковими планами, темами. Робота виконана відповідно до Плану НДР НУФВСУ на 2016-2020 рр., тема «Вдосконалення системи спортивної підготовки і змагальної діяльності кваліфікованих спортсменів в сучасних умовах інтенсифікації змагальної діяльності» (№ держреєстрації 0117U000806).

Мета дослідження – визначити вікові межі початку занять спортом та закінчення спортивної кар'єри у футболі, а також тривалість спортивної кар'єри футболістів різних ігрових амплуа.

Методи дослідження: аналіз літературних джерел та матеріалів мережі Інтернет, синтез та узагальнення, методи математичної статистики.

Результати дослідження. Досконалість наукових основ спортивної підготовки, досягнення передової практики привели до значного збільшення тривалості виступів спортсменів на рівні вищих досягнень. Тривалість і структура багаторічної підготовки залежить від наступних факторів: індивідуальних і статевих особливостей спортсменів, темпів їх біологічного дозрівання і в більшості зв'язаних з ними темпів росту спортивної майстерності; віку, в якому спортсмен почав займатися, а також віку, коли він приступив до спеціального тренування; структури змагальної діяльності і підготовленості спортсменів, забезпечуючи високі спортивні результати; закономірностей встановлення різних сторін спортивної майстерності і формування адаптаційних процесів в ведучих для даного виду спорту функціональних систем; змісту тренувального процесу, складу засобів і методів, динаміки навантажень, побудови різних структурних моделей тренувального процесу, застосування допоміжних факторів (спеціальне харчування, тренажери і т.д.). Вказані фактори визначають загальну тривалість багаторічної підготовки, строки, необхідні для досягнення вищих спортивних результатів, оптимальні вікові зони, в котрих спортсмени досягають цих результатів та тривалість спортивної кар'єри загалом [8].

Період демонстрації футболістами високих результатів триває близько 10–15 років, а в окремих випадках (в залежності від ігрової спеціалізації) – понад 20 років [3]. Однак, спортивні тенденції сьогодення, які торкнулись футболу на шляху до його «омолодження», ніяким чином не відображені у програмі по виду спорту для ДЮСШ, ШВСМ та шкіл олімпійського резерву.

Одними з ключових факторів, що впливають на тривалість та якість кар'єри футболістів спеціалісти визначають [5]:

- рівень імовірності виникнення травм;

- обсяг виконаних техніко-тактичних в ході матчів;
- якість роботи тренера та раціональність побудови тренувального процесу;
- ігрова спеціалізація футболіста (амплуа);
- інші фактори (психологічні, соціальні).

У ході дослідження було сформовано вибірку спортсменів високого класу ($n=80$), які продовжують займатись спортом або закінчили кар'єру футболістів. При цьому серед випробуваних футболістів були виділені та вивчені різні ігрові спеціалізації: голкіпери ($n=17$), гравці захисту (захисники, опорні півзахисники, центральні півзахисники, $n=32$) та гравці атаки (атакуючі півзахисники, «вінгери», форварди, $n=31$).

Воротарі - це гравці, які обізнані у тактиці гри, що дозволяє їм керувати діями партнерів у захисті і починати атаку, а також однаково добре грати у воротах і на виходах, ефективно застосовувати в грі як техніко-тактичні дії польових гравців, так і специфічні прийоми воротаря [4]. За результатами статистичного аналізу вікових особливостей спортивної кар'єри голкіперів найбільш ранній початок занять серед випробуваних спортсменів складає 6 років. Найбільш пізнім початком занять футболом є 10 років. Середній віковий показник початку занять спортом – 7,8 років. Середнє значення тривалості ігрової кар'єри становить 25 років (від початку професійної кар'єри футболіста до її завершення) (рис. 1).

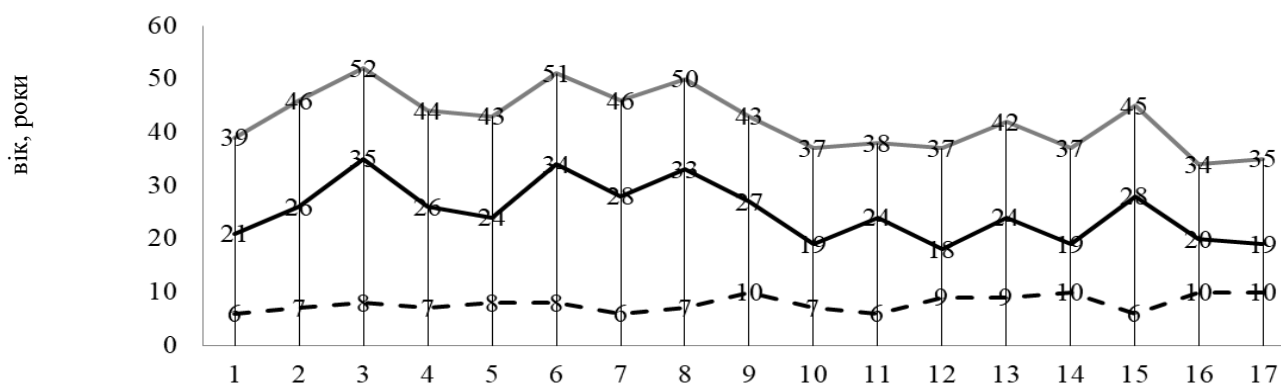


Рис. 1. Вікові показники спортивної кар'єри голкіперів ($n=17$):

— - тривалість спортивної кар'єри; - вік початку занять спортом;
— вік закінчення кар'єри

порядковий номер спортсмена

Основними обов'язками захисників на полі є оборона своїх воріт шляхом перехвату або зупинки атаки суперника. Поряд із захисними функціями гравці задньої лінії мають брати участь в організації й завершенні атак своєї команди шляхом застосування техніко-тактичних дій в залежності від ігрової ситуації [4]. В ході дослідження було встановлено, що серед випробуваних футболістів найбільша кількість спортсменів розпочинає свою кар'єру у віці від 6 та 7 років, що становить злизоько 78 % усіх досліджених спортсменів. Найбільш ранній початок зафіксований у 5 років, та найбільш пізній – у 9. Середнє значення ігрової кар'єри складає 19 років. Найбільш пізній вік завершення кар'єри футболіста спостерігається у віці 14 років, найбільш ранній – у 28 років. В середньому футболісти лінії захисту завершують кар'єру спортсменів у віці 38, 2 років (рис. 2).

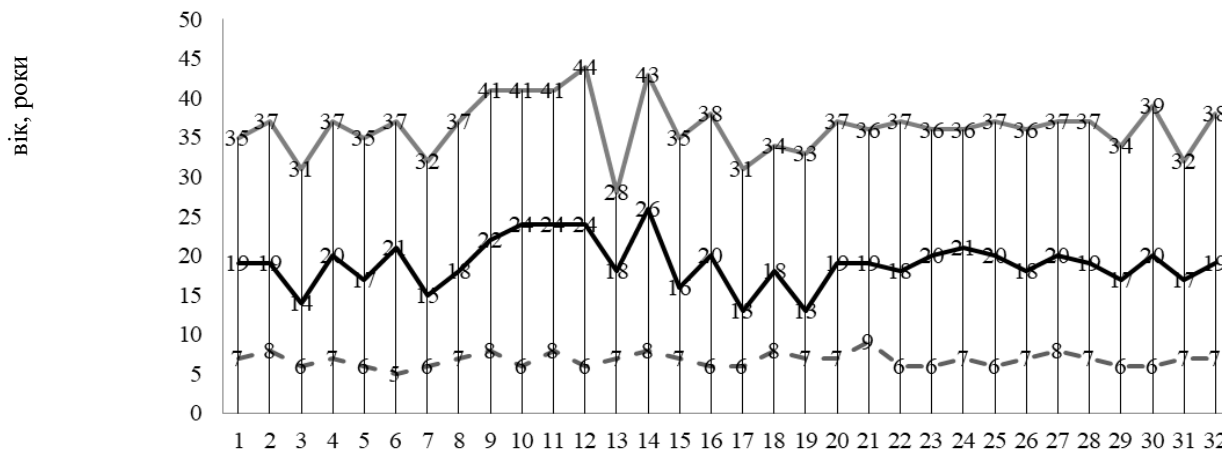


Рис. 2. Вікові показники спортивної кар'єри спортсменів лінії захисту ($n=32$): - тривалість спортивної кар'єри; - вік

початку занять спортом; - вік закінчення кар'єри

порядковий номер спортсмена

Головними функціями нападників на полі в процесі гри є активна участь у діях команди під час атаки і завершення атак прицільними ударами по воротах; тактичний вибір позиції і способу звільнення від опіки захисників, раціональне застосування техніко-тактичних дій при нападі в залежності від ігрових обставин [4]. Поряд із функціями атаки нападники беруть участь у зриві атак супротивника на її початковій стадії і допомагають гравцям задньої лінії в організації захисту своїх зоріт. Нападаючі повинні розумно грати на межі положення «поза грою» (рис. 3)

Дані, зображені на рисунку 3 вказують, що гравці лінії атаки значно раніше починають свою кар'єру. Згідно даних найменший вік початку занять спортом зафіксований у 5-річному віці. При цьому дані футболісти наразі продовжують свою кар'єру, тим самим демонструючи, що ранній початок занять спортом при раціональній побудові всіх етапів багаторічної підготовки може позитивно впливати на становлення спортивної майстерності футболістів та на тривалість їх спортивної кар'єри. Попри це, у більшості випадків спортсмени лінії нападу розпочали свої заняття футболом у віці 6 років.

вік, роки

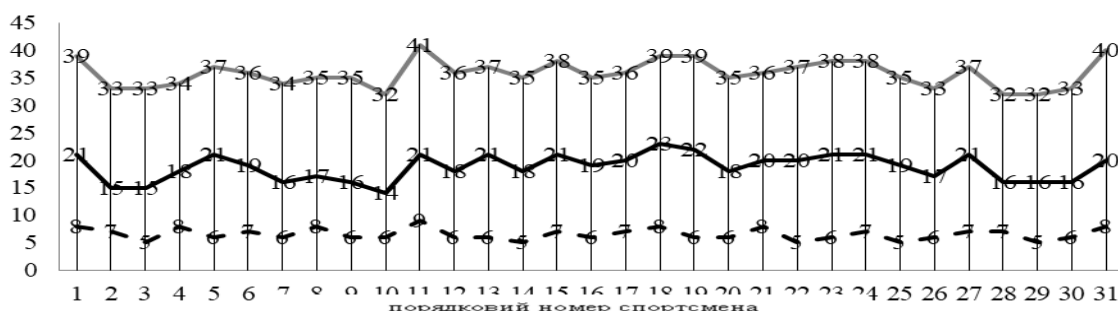


Рис. 3. Вікові показники спортивної кар'єри спортсменів лінії захисту (n=32): - тривалість спортивної кар'єри; - вік початку занять спортом; - вік закінчення кар'єри

Середня тривалість ігрової кар'єри при цьому складає 18,7 років, хоча ця цифра має тенденцію до збільшення, оскільки з 32 випробуваних футболістів, свою кар'єру наразі продовжують 17 спортсменів.

Узагальнюючи дані, в ході дослідження було проведено порівняння між гравцями різних амплуа рис.4. Відповідно встановлено, що гравці лінії воріт (голкипери) починають свою кар'єру в 7 років і 8 місяців, тривалість ігрової кар'єри близько 25 років, вік закінчення кар'єри складає 42 роки і 3 місяці. Гравці захисту починають свою кар'єру у 6 років і 8 місяців, тривалість кар'єри 19+ років (в статистиці є 8 гравців, що продовжують ігрову кар'єру), вік завершення спортивної кар'єри близько 36 років. Гравці лінії атаки починають займатись у 5 років і 9 місяців, тривалість кар'єри (на даний момент) складає 18 років і 7 місяців, але ця кількість значно збільшиться оскільки більше 50% випробуваних футболістів продовжують свою ігрову кар'єру (рис. 4).

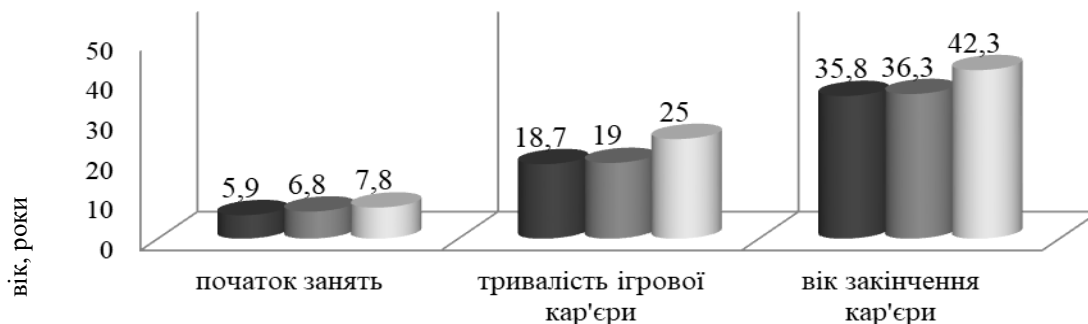


Рис. 4. Середні вікові показники спортивної кар'єри футболістів різних ігрових амплуа: лінії атаки; - гравці захисту; - голкіпери

Висновки. У останньому десятилітті різко розширилися уявлення про оптимальний вік початку занять спортом у зрілість в сторону його зменшення, так зване «омолодження спорту», вікові межі досягнення спортсменами високих результатів та тривалість спортивної кар'єри в цілому, що істотно вплинуло на атмосферу сучасного футболу.

Результати проведених досліджень дозволили дослідити та установити середній вік початку занять спортом та вік виходу зі спорту, тривалість спортивної кар'єри футболістів в залежності від їх ігрових амплуа. Так, голкіпери розпочинають заняття спортом у віці 7-8 років, тривалість ігрової кар'єри становить близько 25 років, закінчують кар'єру близько 42 років. Гравці лінії захисту залучаються до спорту у 6-7-річному віці, їх кар'єра продовжується більше 19 років і завершується приблизно у 36 років. Гравці лінії атаки починають займатись у 5-6 років, тривалість кар'єри складає більше 18 років та завершується більше ніж у 36-37-річному віці.

Перспективою подальших досліджень є розширення вікових меж занять спортом для футболістів різних ігрових амплуа.

Література

1. Золотарев А. П. Критерии отбора юных футболистов к целенаправленной специализации в мини-футболе / А. П. Золотарев // Теоретико-методические аспекты современного футбола. – 2019. – С. 149–154.

2. Каменев А. Л. Особенности комплектования женских профессиональных баскетбольных команд разных стран / А. Л. Каменев // Актуальные проблемы и современные технологии: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – М.: ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», 2013. – С. 64–67.
3. Платонов В. Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и её практическое применение / В. Н. Платонов. – Олимп. лит., 2013. – 624 с.
4. Соломко В. В., Лісінчук Г. А., Соломко О. В. Футбол. Підручник для студентів вузів фізичного виховання і спорту / В. В. Соломко, Г. А. Лісінчук, О. В. Соломко. – К., Олимп. лит., 2005. – 295 с.
5. Хомичев Я. Ю., Тараканов Б. И. Современные тенденции снижения возраста начала спортивной подготовки юных борцов / Я. Ю. Хомичев, Б. И. Тараканов // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2018. – Вип. 6 (160). – С. 271–275.
6. Шинкарук О., Сиваш І., Улан А. Особливості відбору дітей на початковому етапі спортивної підготовки / О. Шинкарук, І. Сиваш, А. Улан // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. – 2016. – №. 2 (34). – С. 110–114.
7. Шинкарук О., Улан А. Спортивний відбір і орієнтація підготовки спортсменів з урахуванням функціональної асиметрії: теоретичні передумови / О. Шинкарук, А. Улан // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2016. – №. 1. – С. 15–18.
8. Stroganov S., Sergienko K., Shynkaruk O., Byshevets N. and others. Features of preventive activity at the initial stage of training of many years standing of young basketball players / S. Stroganov, K. Sergienko, O. Shynkaruk, N. Byshevets, L. Denysova, Y. Yukhno, O. Stepanenko, A. Ulan // Journal of Physical Education and Sport. – 2020. – 20 (66). – С. 452–455.

Reference

1. Zolotarev A.P. (2019), "Kriterii otbora yuny'kh futbolistov k czelenapravlennoj specijalizaczii v mini-futbole", Teoretiko-metodicheskie aspekty' sovremennogo futbola, pp. 149–154.
2. Kamenev AL. (2013). "Osobennosti komplektovaniya zhenskikh professional'ny'kh basketbol'ny'kh komand razny'kh stran", Aktual'ny'e problemy' i sovremennyy'e tekhnologii: materialy' Vserossijskoj nauchno-prakticheskoy konferenczii s mezhdunarodny'm uchastiem: FGBOU VPO «RGUFKSMiT», pp. 64–67.
3. Platonov V.N. (2013). "Periodizaczia sportivnoj trenirovki. Obshhaya teoriya i ee prakticheskoe primenenie", Olimp. lit., 624 p.
4. Solomko V.V., Li'sinchuk G.A., Solomko O.V. (2005). "Futbol. Pi'druchnik dlya studentiv'v vuziv'v fi'zichnogo vikhovannya i' sportu", Olimp. lit., 295 p.
5. Khomichev Ya.Yu., Tarakanov B.I. (2018). "Sovremennyy'e tendenczii snizheniya vozrasta nachala sportivnoj podgotovki yuny'kh borczov", Ucheny'e zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta, Vol. 6 (160), pp. 271–275.
6. Shinkaruk O., Sivash I., Ulan A. (2016). "Osoblivosti' vi'dboru di'tej na pochatkovomu etapi' sportivnoyi pi'dgotovki", Fi'zichne vikhovannya, sport i' kul'tura zdorov'ya u suchasnomu suspi'l'stvi', 2 (34), pp. 110–114.
7. Shinkaruk O., Ulan A. (2016). "Sportivnij vi'dbi'r i' ori'yentaczii'ya pi'dgotovki sportsmeni'v z urakhuvannyam funkczional'noyi asimetrii'yi: teoretichni' peredumovi", Teori'ya i' metodika fi'zichnogo vikhovannya i' sportu, 1, pp. 15–18.
8. Stroganov S., Sergienko K., Shynkaruk O., Byshevets N. and others. (2020). "Features of preventive activity at the initial stage of training of many years standing of young basketball players", Journal of Physical Education and Sport, 20 (66), pp. 452–455.

DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2020.5(125).31

Циганенко О. І.

доктор медичних наук, професор

Національний університет фізичного виховання і спорту України,

Хоменко І. М.

доктор медичних наук, професор

Національна медична академія післядипломної освіти імені П. Л. Шупика, м. Київ

Першегуба Я. В.

кандидат медичних наук

Національна медична академія післядипломної освіти імені П. Л. Шупика, м. Київ

Склярова Н. А.

старший викладач

Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ

ГРОМАДСЬКЕ ЗДОРОВ'Я ЯК НОВА СПЕЦІАЛЬНІСТЬ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ УКРАЇНИ. ОСОБЛИВОСТІ ВИКЛАДАННЯ

Існуюча система підготовки фахівців за спеціальністю 229 «Громадське здоров'я» у закладах вищої освіти не враховує особливостей та можливостей такої сфери діяльності як фізична культура і спорт, насамперед стосовно фізичного здоров'я, рухової активності та оздоровчої рухової активності, які є важливою складовою досягнення здорового способу життя. Тому врахування таких особливостей в закладах вищої освіти з фізичної культури і спорту є актуальним і своєчасним при підготовці фахівців за цією спеціальністю.

Мета дослідження: провести системний аналіз наукової, науково – методичної літератури та інших джерел інформації з питань особливостей викладання у закладах вищої освіти спеціальності 229 «Громадське здоров'я» і на цій основі визначити особливості її викладання у закладах вищої освіти з фізичної культури і спорту.