

---

# СИСТЕМНИЙ ПІДХІД ДО РОЗРОБКИ ПРОБЛЕМИ ОПТИМІЗАЦІЇ БАГАТОРІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ФУТБОЛІСТІВ

---

*Валерій Ніколаєнко*

**Резюме.** Целью исследования являются обоснования необходимости применения системного подхода к разработке проблемы рационального построения системы многолетней подготовки футболистов. Определено, что накопленные на протяжении последних десятилетий знания, которые представляют основу теории многолетней подготовки футболистов, не трансформируются в желательный результат. Обоснована необходимость применения системного подхода к разработке проблемы рационального построения системы многолетней подготовки футболистов.

**Ключевые слова:** многолетняя подготовка футболистов, системный подход.

**Summary.** A research objective are justifications of need of application of a system approach to development of a problem of rational creation of system of long-term training of football players. It is defined that the knowledge saved up throughout the last decades which represent a basis of the theory of long-term training of football players, aren't transformed to desirable result. Need of application of a system approach to development of a problem of rational creation of system of long-term training of football players is proved.

**Key words:** long-term training of football players, system campaign.

**Постановка проблеми, аналіз останніх досліджень і публікацій.** Сьогодні нагальним питанням у численних дослідженнях вітчизняних і зарубіжних авторів є констатація факту, що підготовка юних спортсменів в ігрових видах спорту в Україні й в інших країнах не відрізняється високим рівнем ефективності [3, 6]. Підтвердженням цього є нестабільні виступи національних збірних і клубних команд на престижних міжнародних змаганнях [8].

Дослідники вважають, що такий стан речей зумовлений, передусім, неякісною адаптацією (а в окремих випадках й ігноруванням) загальних теоретико-методичних положень до специфічних особливостей ігрових дисциплін. У зв'язку із цим, висунуте припущення про те, що одним із можливих шляхів оптимізації системи підготовки резерву є вивчення особливостей традиційної побудови процесу багаторічного тренування юних гравців із подальшим усуненням виявлених недоліків [3].

Багато авторів також вказують на існування ряду недоліків у вітчизняній системі підготовки юних спортсменів: часте застосування у процесі підготовки невідповідних віковим можливостям дітей і юнаків навантажень (із підвищеними обсягом та інтенсивністю), акцентований розвиток у юних гравців лише окремих фізичних якостей, виконання під час занять надмірної кількості вправ, спрямованих на розвиток у дітей техніко-тактичної майстерності; неефективна побудова малих, середніх і великих циклів тренувань; використання надто насиченого календаря змагань тощо [1–5, 7, 9, 10].

Футбол у цьому сенсі не є виключенням. Національні збірні команди, а також футбольні клуби

України не посідають провідних позицій у світовому і європейському рейтингах. Зокрема, станом на листопад 2012 р. національна збірна посідала у рейтингу FIFA 55-те місце, пропустивши попереду себе збірні команди таких країн, як Малі, Гана, Замбія, Ямайка, Габон.

Ситуація, на перший погляд, виглядає парадоксальною. До теперішнього часу вітчизняні фахівці, що займаються підготовкою юних футболістів, можуть скористатися великою кількістю наукових розробок загальнотеоретичного й прикладного характеру з різних аспектів багаторічної підготовки спортсменів. До глибоко розроблених аспектів дослідники відносять: різноманітні сторони спортивного відбору; організаційні основи системи підготовки спортсменів; модельні характеристики різних сторін підготовленості юних спортсменів; методику тренування з урахуванням вікових особливостей; зміст лікарсько-педагогічного контролю тощо [3].

Водночас практика свідчить про те, що сукупність накопичених протягом багатьох десятиріч знань не трансформується у бажаний результат. Наприклад, в Україні головною причиною цього є відсутність адекватної методології осмислення цих знань і застосування їх на практиці підготовки юних спортсменів.

Дослідження виконано згідно зі Зведеним планом НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2011–2015 рр. за темою 2.3 «Науково-методичні основи удосконалення системи підготовки спортсменів у футболі з урахуванням особливостей змагальної діяльності» (номер держреєстрації 0111U001722).

**Мета дослідження** — обґрунтувати необхідність застосування системного підходу до розроб-

ки проблеми раціональної побудови системи багаторічної підготовки футболістів.

**Методи дослідження:** системний аналіз; історико-логічний метод; аналіз наукової літератури; порівняння й зіставлення.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Аналіз сучасних праць вітчизняних фахівців свідчить про пошук методологічного інструментарію, який дозволив би якісно трансформувати багаторічну підготовку юних спортсменів. Наприклад, О. А. Шинкарук (2011) констатує, що сучасні проблеми у практичній діяльності та спорті досить складні і найбільш перспективним є системний підхід до їх вирішення [10].

Слід зазначити, що звернення вітчизняних дослідників до ідеї використання системного підходу в процесі багаторічної підготовки спортсменів не є випадковим. У їхньому розпорядженні виявилися праці, що відносяться до школи радянської спортивної науки.

Як відомо, до середини 1980-х років була сформульована наукова концепція багаторічної підготовки спортсменів, сутність якої полягала в розгляді підготовки спортивного резерву від новачка до майстра міжнародного класу як єдиного процесу, що підпорядковується певним закономірностям; як складної специфічної системи із властивими їй особливостями, що має власні шляхи розвитку. Це — система, управління якою засноване на використанні об'єктивних закономірностей становлення спортивної майстерності в процесі багаторічної підготовки (Золотарьов, 1997).

Відповідно до цієї концепції, підготовка спортивного резерву — тривалий, багатетапний процес, обумовлений комплексом факторів: специфікою спортивної діяльності в цілому та в обраному виді спорту, особливостями біологічної й соціально-психологічної природи людини, закономірностями розвитку особистості в онтогенезі, законами розвитку певних рухових здатностей у різні вікові періоди й ще цілим рядом факторів [4]. При цьому із власне професійної точки зору повинні враховуватися також потреби певного виду спорту на даний момент і результати прогнозування цих потреб на найближче майбутнє [1, 3, 5, 6, 8].

Одним із головних методологічних інструментаріїв реалізації згаданої концепції став системний аналіз, який одержав значне поширення в наукових дослідженнях минулого століття (Поньмарьов, 1975; Кузнецов, Новиков, 1971, 1973, 1975; Шустін, 1975, 1981; Верхошанський, 1970, 1975-1990; Матвеев, 1976, 1991; Платонов, 1986, 1995 та ін.).

Звернувшись до теорії систем підготовки, сучасні науковці роблять нові спроби адаптувати її до потреб наукового аналізу процесу багаторічної підготовки юних спортсменів. Зокре-

ма, О. А. Шинкарук (2011) класифікує системи за критерієм складності їх побудови на прості, складні й дуже складні. Прості системи складаються з незначної кількості елементів і легко можуть бути описані; складні — характеризуються значною кількістю елементів, включають окремі підсистеми, але все-таки піддаються опису; дуже складні — багато підсистем і не можуть бути описані в повному обсязі [10].

У спорті С. Ю. Тюленьков пропонує системи трьох типів: до системи першого відносить спортивне спорядження; до системи другого — систему проведення змагань, до системи третього — систему багаторічної підготовки спортсменів і систему спорту. Остання належить до типу так званих великих систем, для яких характерна ієрархічність, наявність декількох якісних рівнів, великої кількості об'єктів; тому для її опису необхідно використати спеціальні методи досліджень (зокрема послідовна декомпозиція, моделювання) [8].

На наш погляд, О. А. Шинкарук (2011) зроблена вдала спроба використання системного підходу з метою формування наукових уявлень про такий компонент системи підготовки спортсменів, як відбір і орієнтація. Результат наукових пошуків фахівця подано у вигляді системи знань, що має ієрархічну структуру. Автор резюмує, що розгляд відбору й орієнтації спортсменів із позицій системного підходу дозволяє у загальній системі підготовки спортсменів вивчити елементи, які становлять основу знань, їх взаємозв'язок, значущість і місце в процесі їх диференціації з проблем відбору й орієнтації [10].

На необхідності використання системного підходу для більш якісного навчання юних футболістів елементів техніки й тактики наголошують В. В. Суворов (1996) і В.З. Івасьов (2001), що, на їхню думку, припускає зв'язок і врахування всіх елементів підготовки в єдину динамічну структуру, де кожний елемент має системні якості, що дозволяє динаміку й рівень досконалості того або іншого техніко-тактичного прийому.

Фахівці звертають увагу на низку важливих моментів функціонування системи багаторічної підготовки футболістів, тобто мова йде про необхідність забезпечення зворотного зв'язку в цій системі. Його ж відсутність робить систему підготовки спортсменів на різних етапах слабко керованою, що позначається на незадовільному виступі наших збірних і клубних команд майстрів і у відставанні наших гравців в індивідуальній технічній майстерності від кращих зарубіжних.

Зокрема, В. В. Суворов (1996) вказує на недостатнє вивчення проблеми функціонування окремих елементів системи багаторічної підготовки,

а саме невідповідності між тренувальною та змагальною діяльністю юних футболістів.

Аналіз навчально-тренувальної діяльності юних футболістів дозволив виявити ряд значущих протиріч з цього питання між: комплексом теоретичних розробок розвитку швидкісних здатностей гравців і програмно-методичним забезпеченням їхньої фізичної підготовки; існуючими розрізненими підходами вирішення проблем швидкісної підготовки футболістів і необхідністю створення єдиної цілісної системи підготовки; нормативними основами фізичної підготовленості футболістів і вимогами різних ігрових амплуа [7].

Багато дослідників сходяться на тому, що домінують системного підходу до побудови процесу багаторічної підготовки юних футболістів необхідно визнати його індивідуалізацію. Педагогічний вплив, на їхню думку, потрібно узгоджувати із закономірностями розвитку рухових здатностей та індивідуальними морфофункціональними особливостями дитини, що важливо на початковому етапі тренування для забезпечення різнобічної підготовки й гармонічного розвитку [2, 9].

Фахівці наполягають на тому, що давно настав час переглянути традиційні погляди на тренувальний процес, коли всім гравцям давалися однакові за обсягом та інтенсивністю навантаження. У тренуванні повинні бути максимально враховані й використані індивідуальні можливості кожного спортсмена, необхідно забезпечувати формування пріоритетних якостей, залежно від його амплуа, при врахуванні можливості взаємозамінності гравців (Губа, 1997; Шамардін, 2000; Антипов, 2002; Даєв, 2007).

З погляду системного підходу, індивідуалізацію спортивної діяльності подано як систему відповідності педагогічних впливів індивідуальним особливостям вікового розвитку тих, хто займається, відмінність яких полягає в їхній відносній системності та стійкості [4].

Серед системоутворюючих факторів індивідуальності найбільш істотними дослідники визначають типологічні конституціональні особливості й прояви властивостей нервової системи [2, 7, 9]. Вони пов'язані з іншими підструктурами особистості та її діяльності: статус, мотив, здібності, стиль діяльності, спрямованість і стійкість до несприятливих факторів. Одночасно необхідно від-

значити різноманіття зв'язків зі змістом методики й організацією в цілому спортивної діяльності та складовими її підсистемами, особливо такими, як система спортивної підготовки й змагальної діяльності [6, 8].

Таким чином, для підвищення прогностичної значущості розглянутих ознак, зазвичай, недостатньо мати у своєму розпорядженні тільки детальне знання всього спектра індивідуальних відмінностей, необхідно вивчати взаємодію властивостей усіх ієрархічних рівнів індивідуальності в системі діяльності відповідно до вимог цієї діяльності. Звідси випливає, що всі практичні проблеми оптимізації діяльності людини в навчанні, праці, спорті найбільш успішно вирішуються тоді, коли суб'єкт активності розглядається як вся інтегральна індивідуальність, а не окремі її рівні, коли належним чином враховується багатозначність різнорівневих зв'язків індивідуальних властивостей [7, 9].

Вчені В. В. Кузнєцов та А. А. Новиков (1977) вважають, що вдосконалювання системи спортивної підготовки має базуватися на таких положеннях:

- ✓ інтенсифікація тренувального процесу;
- ✓ індивідуалізація на основі виявлення резервних можливостей;
- ✓ спеціалізація тренувальних засобів із урахуванням диференціювання провідних сторін спеціальної підготовки;
- ✓ оптимізація процесу підвищення спеціальної працездатності й спрямованого відновлення;
- ✓ управління тренувальним процесом у межах біологічно обґрунтованої системи спортивного вдосконалювання (Шамардін, 2000).

**Висновки.** З філософських позицій, у сучасних умовах відновлення слід трактувати як комплексний процес створення, поширення і застосування нового практичного засобу (нововведення) для задоволення людських потреб, що змінюється під впливом розвитку суспільства, сутність якого становить пошук і досягнення нових результатів, засобів і способів їх одержання, а також подолання рутинних компонентів традиційної діяльності.

**Перспективи подальших досліджень** полягають у розробці проблеми відновлення структури й змістовного компонента багаторічної підготовки юних спортсменів.

## Література

1. *Исаев В. З. Техничко-тактическая подготовка юных футболистов с учетом разносторонности соревновательных действий: дис. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / В. З. Исаев. — Краснодар, 2001. — 101 с.*
2. *Кузьмин А. А. Влияние спортивных физических нагрузок на морфофункциональное развитие и регулярно-адаптивные возможности юных футболистов и баскетболистов: автореф. дис. на соискание учен. степени канд. биол. наук: спец. 03.03.01 «Физиология» / А. А. Кузьмин. — Майкоп, 2011. — 21 с.*

3. Максименко І. Г. Теоретико-методичні основи багаторічної підготовки юних спортсменів у спортивних іграх: дис. ... доктора наук з фіз. виховання і спорту: спец. 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт» / І. Г. Максименко. — Луганск, 2010. — 409 с.
4. Никитушкин В. Г. Многолетняя подготовка юных спортсменов / В. Г. Никитушкин. — М.: Физ. культура, 2010. — 240 с.
5. Нистратов Е. Д. Оптимизация структуры тренировочных нагрузок в годичном цикле подготовки юных футболистов: дис. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / Е. Д. Нистратов. — Смоленск, 2011. — 114 с.
6. Платонов В. Н. Спорт высших достижений и подготовка национальных команд к Олимпийским играм / В. Н. Платонов. — М.: Сов. спорт, 2010. — 310 с.
7. Сиренко Д. В. Методика развития скоростных способностей у юных футболистов с учетом игрового амплуа: дис. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / Д. В. Сиренко. — Волгоград, 2008. — 120 с.
8. Тюленков С. Ю. Теоретико-методические подходы к системе управления подготовкой футболистов высокой квалификации / С. Ю. Тюленков. — М.: Физ. культура, 2007. — 552 с.
9. Чернецов М. М. Индивидуализация процесса физической подготовки юных футболистов 8—12 лет на основе дифференциации соматических типов: дис. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / М. М. Чернецов. — Смоленск, 2010. — 140 с.
10. Шинкарук О. А. Отбор спортсменов и ориентация их подготовки в процессе многолетнего совершенствования (на материале олимпийских видов спорта): дис. ... доктора наук по физ. воспитанию и спорту: спец. 24.00.01 «Олимпийский и профессиональный спорт» / О. А. Шинкарук. — К., 2011. — 483 с.

## References

1. Isaev V. Z. Technical and tactical training of young footballers with the versatility of competitive actions: the dissertation of the candidate of pedagogical sciences: specialty 13.00.04 «Theory and methods of physical training, sports training, improving and adaptive physical culture» / V. Z. Isaev. — Krasnodar, 2001. — 101 p.
2. Kuzmin A. A. Influence of sports exercise on morphofunctional development and regular-adaptive capabilities of young footballers and basketball players: avtoref. dis. for the degree of candidate of biological sciences: specialty 03.03.01 «Physiology» / A. A. Kuzmin. — Maikop, 2011. — 21 seconds.
3. Maksimenko I. G. Theoretical and methodological basis of many years of training young athletes in sports: PhD thesis of physical education and sports: special. 24.00.01 «Olympic and professional sports» / I. G. Maksimenko. — Lugansk, 2010. — 409 p.
4. Nikitushkin V. G. Many years of training young athletes / V. G. Nikitushkin. — Moscow: Physical Culture, 2010. — 240 p.
5. Nistratov E. D. Optimization of training loads in the annual cycle of training young footballers: the dissertation of the candidate of pedagogical sciences: special. 13.00.04 «Theory and methods of physical education of sports training, improving and adaptive physical culture» / E. D. Nistratov. — Smolensk, 2011. — 114 p.
6. Platonov V. N. Elite sport and the training of national teams for the Olympic Games / V. N. Platonov. — Moscow: Soviet Sport, 2010. — 310 p.
7. Sirenko D. V. Technique of high-speed abilities of young footballers with the game role: the dissertation of the candidate of pedagogical sciences: special. 13.00.04 «Theory and methods of physical education of sports training, improving and adaptive physical culture» / D. V. Sirenko. — Volgograd, 2008. — 120 p.
8. Tyulenkov S. Y. Theoretical and methodological approaches to the management training highly skilled footballers / S. Y. Tyulenkov. — Moscow: Physical Culture, 2007. — 552 p.
9. Chernetsov M. M. Customization process of physical training young footballers aged 8—12, based on the differentiation of somatic types: dissertation of the candidate of pedagogical sciences: special. 13.00.04 «Theory and methods of physical education of sports training, improving and adaptive physical culture» / M. M. Chernetsov. — Smolensk, 2010. — 140 p.
10. Shynkaruk O. A. Selection of Athletes and the orientation of their training in long-term improvement (based on the Olympic Sports): PhD thesis of physical education and sports: special. 24.00.01 «Olympic and professional sports» / O. A. Shynkaruk. — Kiev, 2011. — 483 p.