

2. Костюкевич В.М. Управление тренировочным процессом футболистов в годичном цикле подготовки / В.М. Костюкевич. – Винница, 2006 – 683 с.
3. Лисенчук Г.А. Управление подготовкой футболистов / Г.А. Лисенчук. – К.: Олимпийская литература, 2003. – 271 с.
4. Максименко И.Г. Структура тренировочных нагрузок, физи-ческой, технической и игровой подготовленности юных футболистов на этапе специализированной базовой подготовки : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук / И.Г. Максименко. – М., 2001. – 19 с.
5. Марченко В.А. Оптимізація швидкісної підготовки кваліфікованих футболістів / В.А. Марченко // Практикум з футболу : [науково-методичні аспекти тренування футболістів : матеріали II Всеукр. наук.-практ. конф.]. – К., 2001. – С. 21–23.
6. Шамардін В.М. Технологія управління системою багаторічної підготовки футбольних команд вищої кваліфікації : дис. ... д-ра. наук з фіз. виховання і спорту / В.М. Шамардін. – Л., 2013. – 409 с.

ОБГРУНТУВАННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЦЕСУ ВДОСКОНАЛЕННЯ ТАКТИЧНИХ ДІЙ ДІВЧАТАМИ, ЩО ЗАЙМАЮТЬСЯ МІНІ-ФУТБОЛОМ

Дударчук Юлія

Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка

Науковий керівник – канд. пед. наук, доц. Шаповал Є.Ю.

На підставі обліку «слабких» сторін анатомо-функціональних особливостей жіночого організму дівчат міні-футболісток (орієнтування в просторі, бачення в далечинь, нестандартне мислення) з опорою на їх «сильні» сторони (вербальна пам'ять, увага, інтуїція, периферичний зір) підібрані завдання як теоретичній, так і практичній спрямованості, а також методичні прийоми, сприяючі вдосконаленню тактичних дій дівчат, що займаються міні-футболом.

***Ключові слова:** спорт вищих досягнень, тренувальні заняття, міні-футбол, тактична підготовка, жіночий організм.*

Постановка проблеми, її зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями. В останні десятиліття розвиток спорту супроводжується все більш активним залученням до нього представниць жіночої статі [3, с.16]. Великою популярністю серед жінок користуються спортивні ігри. З сучасних спортивних ігор, особливе місце належить міні-футболу [2, с.34]. Міні-футбол – атлетична гра, що характеризується високою руховою активністю гравців, вираженням проявом фізичних здібностей, високими інтелектуальними і психоемоційними навантаженнями, що робить необхідною якісну організацію спортивної підготовки [1; 4, с.50].

Величезне значення в спортивній підготовці має організація і побудова тренувальних занять з урахуванням контингенту тих, що займаються, зокрема їх статевих особливостей [3, с.16; 6 та інші].

Аналіз останніх досліджень і публікацій із проблеми. Розвиток спорту вищих досягнень супроводжується все більш активним залученням до нього представниць жіночої статі. Слід зазначити, що наукові підходи і методичні розробки підготовки спортсменок, включаючи міні-футбол, як правило, базується на досвіді, накопиченому в підготовці чоловіків до «великого» і «малого» футболу. Таке положення в підготовці спортсменок пов'язане:

– по-перше, з відсутністю наукових досліджень в теорії і практиці підготовки кваліфікованих спортсменок, що спеціалізуються в міні-футболі;

– по-друге, правомірністю такого підходу, заснованого на інформації, отриманій в результаті багатопрофільних досліджень, виконаних по широкому спектру анатомо-морфологічних і функціональних показників. Доведено, що на рівні спорту вищих досягнень відмінності за показниками, що вивчаються, між чоловіками і жінками малозначимі або повністю відсутні і зумовлені більшою мірою вимогами спеціалізації.

Разом з тим в даний час тренувальний процес часто будується по загальноприйнятій методиці для чоловіків.

Вивчивши літературу, що стосується даної проблеми, нами встановлено, що методичні аспекти навчання і виховання гравців жіночої статі в міні-футбол відбиті не повною мірою, що визначає актуальність і необхідність даної статті.

У зв'язку з наявністю специфічних особливостей міні-футболу, таких як обмежений простір, мала кількість гравців на майданчику, дефіцит часу для вирішення тактичних завдань, особливості правил гри першорядними стають ефективні тактичні дії, що робить необхідним їх вдосконалення до володіння на високому рівні. Проте, в зв'язку з наявністю анатомо-функціональних особливостей жіночого організму використання «чоловічої» моделі тактичної підготовки на наш погляд неефективно, і вимагає внесення поправок до тренувального процесу з їх врахуванням.

Формулювання мети статті – обґрунтування особливостей процесу вдосконалення тактичних дій дівчатами, що займаються міні-футболом.

Виклад основного матеріалу дослідження. Тактична підготовка міні-футболістів складається з теоретичної і практичної підготовки, тому завдання і вправи, направлені на вдосконалення тактичних дій ми включали в заняття як теоретичної, так і практичної спрямованості. У міні-футболі украй важливо уміти «читати» гру, для чого необхідно під час гри аналізувати хід дій суперників, наміри партнерів і передбачати їх. Проте виконання даної діяльності неможливе без чіткого розуміння правил гри,

теоретичного знання широкого арсеналу тактичних комбінацій, чим дівчата, як правило, володіють достатньо поверхнево, оскільки футбол, як правило, не входить в сферу їх особистих інтересів в повсякденному житті [5, с.45]. Тому в тренувальний процес для освоєння цієї інформації, нами були включені теоретичні заняття. У зв'язку з переважанням у дівчат конкретно-образного мислення для освоєння даної інформації ми широко використовували схеми, фотознімки, відеозаписи фрагментів футбольних матчів. Також на даних заняттях, за допомогою виявлення технічних помилок у виконанні тактичних дій, ми удосконалювали їх технічну складову, розглядали можливості використання тієї або іншої тактичної дії в конкретному ігровому епізоді, розвивали нестандартне мислення, за даними А.А. Полозова сприяюче розвитку ігрового мислення [5, с.45]. Вирішення цих завдань здійснювалося як шляхом підношення нами теоретичної інформації, так і шляхом виконання ряду завдань. Наприклад, дівчатам пропонувалося назвати тактичні комбінації, які тільки що демонструвалися візуально; виявити технічні помилки у виконанні окремих тактичних дій; перерахувати технічні способи ведення, передачі, удари, якими користувалися футболісти; вичленувати обманні дії з цілісної ігрової ситуації і т.п. В деяких випадках ми використовували прийоми, що ускладнюють виконання завдань, зокрема зменшували час демонстрації, включали додаткові завдання. Велика частина вправ, направлених на вдосконалення тактичної складової тактичних дій у дівчат міні-футболістів пропонувалася на практичних тренувальних заняттях. При підборі завдань ми дотримувалися ряду принципів. По-перше, доступності завдань і відсутності негативного їх впливу на якість виконання технічних дій. По-друге, систематичності пропозиції футболістам завдань. По-третє, поступовості ускладнення умов виконання вправ. У даний блок вправ, направлених на вдосконалення тактичних дій ми включали завдання, що враховують особливості жіночого організму, зокрема за допомогою додаткового функціонального навантаження, прагнули розвинути його «слабкі» анатомо-функціональні сторони (орієнтування в просторі, бачення в далечинь, нестандартне мислення) з опорою на «сильних» (вербальна пам'ять, увага, інтуїція, периферичний зір). У зв'язку з тим, що дівчата відрізняються слабкішим просторовим орієнтуванням при вдосконаленні, як індивідуальних тактичних дій, так і тактичних комбінацій при їх повторенні, ми міняли місце розташування дівчат в залі, напрям руху, функції гравців, тактичну комбінацію. Причому, на початку при зміні одного з параметрів, спочатку тактичну дію виконували, заздалегідь знаючи умови її виконання, в кінці – зміна умов і виконання тактичної дії здійснювалася негайно по нашому сигналу (наприклад, здійснення тактичної дії (комбінації) із зміною воріт; зміна місця в команді і ігрового амплуа в команді; зміна тактичних дій зі свистка тренера). Враховуючи дану особливість жіночого організму, ми загострювали увагу дівчат на розстановці гравців при освоєнні тактичних комбінацій, а враховуючи добре розвинену вербальну пам'ять,

супроводжували розстановку гравців докладними поясненнями. Ще одна особливість жіночого організму – слабка операція з далекими об'єктами із загостренням уваги на об'єктах розташованих поблизу (ближній зір), що виявляється в процесі гри в зайвому фокусуванні уваги на м'ячі з бажанням проштовхнути його через безліч гравців до воріт або тільки близько розташованих гравців. У зв'язку з цим при удосконаленні тієї чи іншої тактичної дії ми звертали увагу на позиції і ролі гравців, проводили розбір і вирішення окремих ігрових ситуацій, пропонували для здійснення ігрові вправи зі зміною місць, ролей, відстані між гравцями.

З метою полегшення для дівчат в умовах гри процесу вибору найбільш вигідної в даний момент тактичної дії, частина завдань пропонувалася у вправах, виконуваних змагальним методом, оскільки саме змагальна діяльність футболіста вимагає невідкладного підбору потрібної в даний момент ігрової дії або комбінації і прояву нестандартного мислення. Наприклад, серед таких завдань ми застосовували гру в два м'ячі, гру двома м'ячами в троє воріт, одночасну гру двома м'ячами у футбол і баскетбол, гра у футбол в парах, гра на утримання м'яча та ін.). Також, на наш погляд, сприяє вдосконаленню процесу вибору під час гри необхідної тактичної дії або комбінації та розвиває нестандартне мислення – збільшення темпу виконання вправи, що висуває додаткові вимоги до швидкості протікання розумових операцій. З цією метою при виконанні вправ тактичної спрямованості у ряді випадків ми зменшували просторові межі майданчика. Крім обліку «слабких» сторін дівчат міні-футболісток при вдосконаленні тактичних дій необхідно спиратися на їх «сильні» сторони, такі як вербальна пам'ять, увага, інтуїція, периферичний зір. Враховуючи добре розвинену вербальну пам'ять, при вдосконаленні нюансів розучених тактичних дій для полегшення запам'ятовування їх дівчатами, всі свої дії ми супроводжували докладними поясненнями. Досить добре розвинену увагу, периферичний зір та інтуїцію ми використовували при організації вправ, направлених на вдосконалення процесу вибору тактичної дії у відповідь на дії суперника. Дані особливості дівчат дозволяють їм звертати увагу на зміну поведінки суперника (його погляд, розворот корпусу, поворот голови), на підставі чого передбачати його подальші дії і бути готовим на них відповісти, а також одночасно з цим стежити за переміщеннями гравців по команді, для виконання групової взаємодії. У зв'язку з тим, що в успішному виконанні індивідуальних тактичних дій виділяють не лише їх тактичний компонент, але й фізичний, технічний і психологічний, в тренувальні заняття включалися завдання на їх вдосконалення. Наявність технічних помилок поза сумнівом позначається на реалізації тактичних дій. У зв'язку з цим кінець ввідної частини і початок основної, ми присвячували вдосконаленню технічної складової тактичних дій. Враховуючи, що ефективнішими є тактичні дії, що реалізуються на високій швидкості, ми пропонували ряд вправ в розвитку швидкості.

Жіночий міні-футбол є, як правило, менш контактним і грубим видом спорту, в порівнянні з чоловічим, оскільки часто дівчата побоюються тісного фізичного контакту одна з одною, внаслідок наявної можливості нанесення травм. Проте частина ефективних тактичних дій в міні-футболі ґрунтується на необхідності ведення єдиноборства супротивників при відборі м'яча. Тому з метою вдосконалення подібних тактичних дій ми організовували змішані ігри з хлопцями. Дані ігри організовувалися як у форматі змішаної команди, так і жіноча команда проти чоловічої. Більш того, на наш погляд подібні ігри, окрім вдосконалення тактичних дій заснованих на єдиноборстві сприяють вихованню рішучості, сміливості дівчат, розвивають їх фізичні якості і збагачують ігровий досвід. У зв'язку з тим, що організм дівчат дуже чутливий до фізичного навантаження, впродовж заняття ми неодноразово вимірювали ЧСС, стежачи, щоб під час заняття він не перевищував 200 уд/хв. Таким чином, регулярне багатократне виконання підібраних нами завдань і методичних прийомів, на нашу думку, повинні сприяти ефективнішому вдосконаленню тактичних дій дівчат, що займаються міні-футболом.

Висновки з дослідження і перспективи подальших розробок з обраного напрямку. З вищесказаного виходить, що систему підготовки футболістів-чоловіків, побудовану на фундаменті багаторічних наукових досліджень можна адаптувати і використовувати її основні методичні положення в процесі підготовки кваліфікованих спортсменок в міні-футболі.

В той же час підготовка кваліфікованих спортсменок, що спеціалізуються в міні-футболі, вимагає науково обґрунтованого підходу до побудови учбово-тренувального процесу з урахуванням індивідуальних особливостей гравців команди, оцінки їх початкового і поточного стану підготовленості, розробки об'єктивних оцінок зміни цього стану, а також обліку рівня їх техніко-тактичного майстерності і особливостей діяльності змагання. По всіх цих компонентах управління підготовкою є істотні відмінності між жіночим і чоловічим міні-футболом. Враховуючи особливості організації жіночого міні-футболу, важливе місце в рамках проблеми побудови учбово-тренувального процесу займають питання об'єктивного контролю і кількісної оцінки між сумарними і парціальними об'ємами навантажень з одного боку, і кумулятивним і відставленим ефектом з іншого боку. Вищевикладені положення, а також відсутність наукових даних про методику підготовки кваліфікованих спортсменок, що спеціалізуються в міні-футболі, визначають доцільність вивчення способів організації навантажень як необхідної умови вдосконалення тренувального процесу.

Література:

1. Айткулов С.А. Формирование технико-тактических действий квалифицированных спортсменов в мини-футбол / С.А. Айткулов : Дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 : Челябинск, 2005. – 181 с.
2. Андреев С.Н. Мини-футбол. Подготовка юных футболистов в спортивных школах и любительских командах / С.Н. Андреев, В.С. Левин. – Липецк: ГУ РОГ «Липецкая газета», 2004. – 496 с.
3. Зайцев А.А. Подготовка спортсменов в женском мини-футболе / А.А. Зайцев. – М.: ВНИИФК. 2003. – С. 34.
4. Наумец Е.А. Физическая подготовка спортсменов, специализирующихся в мини-футболе / Е.А. Наумец // Физическое воспитание студентов. – 2010. – №5. – С. 50.
5. Полозов А.А. Мини-футбол / А.А. Полозов. – М.: Слово., 2007. – С. 45.
6. Шаповал Є.Ю. «Міні-футбол (футзал): методичний комплекс навчально-тренувального процесу дівчат 11-14 років на етапах попередньої та спеціалізованої базової підготовки в ДЮСШ» / Є.Ю. Шаповал; Полтав. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. – Полтава, ПНПУ, 2014. – 88 с.

ПІДВИЩЕННЯ ЯКОСТІ ПІДГОТОВКИ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЗАСОБАМИ ІНТЕРНЕТ

Зайцева Юлія

Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка

Стариченко Ольга

Професійно-технічне училище № 31

У статті розкрито проблему використання Інтернет ресурсів у ході формування готовності майбутніх учителів до фахової діяльності. Визначено, що розповсюдження мережі Інтернет дає додаткові навчальні можливості для студентів та розширює інформаційне забезпечення навчальних дисциплін.

Ключові слова: *Інтернет, освіта, майбутні учителі, навчальний процес.*

Пріоритетом розвитку освіти є впровадження сучасних інформаційно-комунікаційних технологій, що забезпечують удосконалення навчально-виховного процесу, доступність та ефективність освіти, підготовку молодого покоління до життєдіяльності в інформаційному суспільстві [3].

Інтернет за своєю значущістю не уступає найбільш суттєвим винаходам людства. Він дуже активно та міцно закріпився в сучасному житті і продовжує нарощувати темпи поширення та розвитку. На сьогодні через мережу Інтернет можливо здійснювати значну кількість різноманітних операцій не лише розважального, а й практичного характеру, наприклад, таких, як оплата різноманітних послуг, проведення конференцій, обмін інформацією між певним колом людей,