

3. Замрозевич-Шадріна С. Рухова активність як основа всебічного розвитку дитини дошкільного віку. Режим доступу: file:///C:/Users/User/Downloads/obrii_2016_1_14.pdf

4. Іващенко В. Г. Безкопильний О. П. Теорія і методика фізичного виховання : підручник. Черкаси : Вид-во ЦНТЕІ, 2006. Ч. 1. 2006. 420 с. ; Ч. 2. 2006. 467 с.

5. Пангелова Н. Формування оптимальної рухової активності дітей 5-6 років у процесі проведення фізкультурних занять у природному середовищі. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2002. № 2-3. С. 144-145.

СПЕЦІАЛЬНА ПІДГОТОВКА СТУДЕНТІВ-ФУТБОЛІСТІВ РІЗНИХ ІГРОВИХ АМПЛУА З ВИКОРИСТАННЯМ СПЕЦІАЛЬНИХ ВПРАВ

В. В. Хоменко

Херсонська державна морська академія, м.Херсон

У статті розглянута спеціальна підготовка студентів-футболістів різних ігрових амплуа з використанням спеціальних вправ.

Ключові слова: тактичні дії, спеціальна підготовка студентів, спеціальні вправи.

The article considers the special training of student football players of different game roles from the special ones used to the right.

Key words: tactical actions, special training of students, special exercises.

Спеціальна підготовка футболістів, як складова частина тренувального процесу, орієнтована на створення адаптації організму необхідної для ефективного виконання великого обсягу навчально-тренувальної роботи з розвитку спеціальних рухових якостей і навичок [1,2,6]. Стає очевидним, що подальше зростання навантажень лімітується як функціональними можливостями організму, так і низкою соціальних факторів. З цієї причини підвищення ефективності навчально-тренувального процесу і, як наслідок, позитивна динаміка функціональної підготовленості футболістів повинні досягатися за рахунок залучення ефективних науково-обґрунтованих засобів визначення працездатності [8,10,12].

В результаті проведених експериментів з'ясувалося, що система комплексного контролю, диференційована відповідно до етапу підготовки і ролі різних факторів у забезпеченні фізичної працездатності, в сукупності зі своєчасною корекцією структури тренувальних навантажень, викликають

істотний інтерес і підвищення рівня функціональної підготовленості футболістів [3,4,7].

Одним з найважливіших резервів оптимізації функціональної підготовленості є диференціація тренувальних засобів і методів в залежності від ігрової спеціалізації футболістів. Це призводить до необхідності впровадження в практику науково-обґрунтованих модельних тренувальних програм для представників різних ігрових амплуа [9,11,13,14].

Динаміка показників спеціальної фізичної підготовленості спортсменів специфічна відповідно ігровому амплуа і її специфічність є наслідком використання диференційованого розподілу тренувальних навантажень. Все це обумовлює суттєве зростання рухової активності гравців в змагальній діяльності [5].

З'являється додаткова можливість індивідуалізувати підготовку спортсмена на основі спрямованого впливу на окремі сторони функціональної підготовленості, пов'язані зі специфікою роботи, наприклад - в зв'язку з певним ігровим амплуа.

Таким чином, вдосконалення функціональної підготовленості футболістів має йти по шляху її комплексно цільової оптимізації, при цьому очевидна ефективність спільного використання структурованих традиційних тренувальних засобів і методів, так і додаткових методик цілеспрямованого впливу на функціональні системи організму.

У методику функціональної підготовки слід включати, як традиційні (вправи з фізичної, техніко-тактичної підготовки) так і нетрадиційні засоби. При цьому останні забезпечують істотний приріст працездатності. Функціональна підготовленість відображає рівень інтегральної підготовленості футболістів і обумовлює можливості змагальної діяльності.

Для нападників характерне переважання швидкісних можливостей і швидкісної витривалості, що відображає у них вищий рівень анаеробної продуктивності. У півзахисників - достовірно вище параметри швидкісної витривалості, аеробного витривалості і фізичної працездатності. Воротарі істотно перевершують представників інших ігрових амплуа по швидкісно-силовим можливостям.

Диференційоване, відповідно до ігрової спеціалізацією, використання спеціальних вправ в тренуванні студентів дозволяє підсилити тренувальний ефект від застосування традиційних тренувальних дій і забезпечує акцентований і цілеспрямований розвиток домінантних для кожного ігрового амплуа компонентів функціональних можливостей.

Список використаних джерел:

1. Гузар В.М., Шалар О.Г., Норик А.О. Деякі фактори, що впливають психологічний клімат жіночої футбольної команди. *Проблеми и перспективи развития спортивных игр и единоборств в высших учебных заведениях*: матеріали Х Междунар. науч. конф., Белгород: ХГАФК, 2014, Т.2, 28-31.

2. Стрикаленко Є.А., Шалар О.Г., Гузар В.М. Особливість побудови тренувального процесу в підготовчому періоді футзалістів ФК «Продуксім». *Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор та одноборств у закладах вищої освіти*: матеріали XVI наук. конф. Харків: ХДАФК, 2020, 84-88.

3. Стрикаленко Є.А., Шалар О.Г., Гузар В.М. Ефективність побудови тренувального процесу футзалістів ФК «Продуксім» в підготовчому періоді. *Спортивні ігри*. 2020, 1 (15), 44-57. <http://dx.doi.org/10.15391/si.2020-2.05>

4. Стрикаленко Є.А., Шалар О.Г., Гузар В.М., Бойченко А.В. Ефективність експериментальної програми швидкокісно-силової підготовки футболістів 13-14 років із використанням блоків спеціально підібраних вправ. *Спортивні ігри*. Харків: ХДАФК, 2020, №3(17), 91–102. <http://dx.doi.org/10.15391/si.2020-3.09>

5. Хоменко В.В., Юськів С.М., Гузар В.М., Свирида В.С. Показники фізичної і технічної підготовленості футболістів різного амплуа студентської команди з футболу. *Спортивні ігри*. 2020, 2 (16), 95-105. <http://dx.doi.org/10.15391/si.2020-1.10>.

6. Хоменко В.В. Сучасні тактичні побудови гри провідних європейських футбольних клубів у 2018 році. *Спортивные игры*. Харків: ХДАФК, 2019. №2 (12). С.59-70. <http://doi.org/10.5281/zenodo.2544963>

7. Хоменко В.В., Шалар О.Г., Авдєєв Д. Фізична підготовленість футболістів ФК «ОЛЕКСАНДРІЯ» U-21. *Актуальні проблеми юнацького спорту*: зб. статей XIII Всеукр. наук. конф. (27 вересня 2018 р.) – Херсон: ХДУ, 2018. – С.153-158.

8. Хоменко В.В., Юськів С.М. Свирида В.С. Розвиток основних фізичних якостей футболістів. *Тенденції та перспективи розвитку науки і освіти в умовах глобалізації*: матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 31 березня 2020. Переяслав-Хмельницький, 2020. С. 381-384

9. Хоменко В.В., Свирида В.С. Особливості сучасної тактичної підготовки футболістів. *Вітчизняна наука на зламі епох: проблеми та перспективи розвитку*: матеріали Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції. Переяслав, 2020. Вип. 60. С. 240-243.

10.Шалар О.Г., Стрикаленко Є.А., Гузар В.М. Особливості формування командної згуртованості юних спортсменок в ігрових видах спорту. Спортивні ігри. 2019, 3 (13), 64-73. <http://dx.doi.org/10.15391/si.2019-3.08>

11.Шалар О.Г., Стрикаленко Є.А., Гузар В.М., Куруч А.О. Характерологічні особливості суддів з гандболу. Спортивні ігри. 2019, 4 (14), 141-153. <http://dx.doi.org/10.15391/si.2019-4.14>

12. Huzar, V. N., Shalar, O. H., & Norik, A. O. (2014). Relationship as an aspect of psychological climate of women's soccer team. *Physical education of students*, 2, 8-12. <http://dx.doi.org/10.6084/m9.figshare.906307>

13. Huzar, V. N. (2019). Sports and outdoor games on water. *Sport games*, 1 (11), 4–15. <http://doi.org/10.5281/zenodo.2543532>

14.Shalar, O.H., Huzar V. M., & Homenko, V.V. (2019). Effect of sports training on the physical and technical fitness of football players. *Actual problems of public health and motor activity of different segments of the population*, 200-205.

МОТИВАЦІЯ НАВЧАННЯ У ЗВО

В. В. Цибульська

*Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини,
м. Умань*

З'ясування мотивів навчання студенток у педагогічному університеті на факультеті початкової освіти дають можливість виявити причини, що впливають на успішність освоєння ними навчальних дисциплін [1].

На стаціонарі виявлено значну різницю між показниками вияву мотиву оволодіння знаннями в студенток II і IV курсів. На IV курсі цей мотив більш виражений і становить 77,8%, тоді як на II курсі – 66,6%. На IV курсі найбільш виражений мотив оволодіння професією – 87%, на II курсі – тільки 66% (табл. 1). Досить висока мотивація отримання диплома у всіх студенток (76–77%), однак на II курсі стаціонару цей мотив є пріоритетним і його показники вищі, ніж мотиву оволодіння професією та отримання знань на 10%. Отже, найнижчу мотивацію до навчання мають студенти II курсу стаціонару.