

## ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ПОЧАТКОВОГО НАВЧАННЯ ТЕХНІЦІ ФУТБОЛУ

Жанна Мудрик<sup>1</sup>, Вадим Видихай<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри теорії спорту та фізичної культури Волинського національного університету імені Лесі Українки, Mudrik.Zanna@vpu.edu.ua;

<sup>2</sup>Магістрант факультету фізичної культури, спорту та здоров'я Волинського національного університету імені Лесі Українки

**Вступ.** Застосовуючись в якості засобу фізичного виховання, футбол робить позитивний вплив на розвиток основних фізичних якостей: витривалості, швидкості, спритності, стрибучості. Атмосфера здорового суперництва, характерна для ігрової змагальної діяльності у футболі, сприяє формуванню морально-вольових якостей. Навчальні заняття по футболу проводяться, як правило, на відкритому повітрі за різних погодних умов, що робить позитивний оздоровчий вплив на організм учнів. У навчанні технічним прийомам традиційно застосовується аналітичний підхід, при якому окремі технічні прийоми розучуються учнями без розуміння і усвідомлення наявних між ними загальних базових елементів, навчальний процес здійснюється переважно на використанні репродуктивних методів організації навчальної діяльності, що істотно знижує його розвиваючий потенціал [1; 2].

**Методи дослідження:** теоретичний аналіз і узагальнення науково-методичної літератури; педагогічне тестування; педагогічне спостереження; педагогічний експеримент; методи математичної статистики.

**Результати дослідження.** Традиційне визначення раціональної послідовності навчання техніці футболу зводиться до орієнтації на методичні принципи «від простого – до складного», «від легкого до важкого», «від відомого до невідомого». Зокрема, рекомендується визначати послідовність вивчення технічних прийомів на кожному етапі навчання з урахуванням їх координаційної складності [1]. Певна увага приділяється реалізації принципу доступності [3], відповідності технічних прийомів – віковим особливостям розвитку фізичних якостей учнів. У експерименті взяли участь студенти 1-го курсу факультету фізичної культури, спорту та здоров'я Волинського національного університету імені Лесі Українки. Студенти обох груп до початку експерименту не займалися футболу в організованій формі – в ДЮСШ і спортивних клубах, не мали спортивних розрядів по цьому виду спорту, тобто були новачками. Навчання студентів контрольної групи техніці футболу проводилося на основі реалізації традиційної методики.

У студентів обох груп після педагогічного експерименту визначалися:

– показники якості засвоєння технічних прийомів (удар серединою підйому по нерухомому м'ячу; удар внутрішньою стороною стопи по нерухомому м'ячу; удар серединою лоба по м'ячу, що летить назустріч; зупинка м'яча, що опускається, підошвою; зупинка м'яча, що летить назустріч, внутрішньою стороною стопи; ведення м'яча зовнішньою частиною підйому) на трьох рівнях: 1) «знань-знайомств»; 2) «знань-копій»; 3) репродуктивних рухових умінь;

– показники творчих рухових умінь виконувати відносно нові різновиди раніше вивчених технічних прийомів: удар «підсічкою» серединою підйому і «зупинку м'яча, що опускається, зовнішньою частиною підйому».

– результати виконання 6 тестових вправ (удар по м'ячу серединою підйому на точність; удар по м'ячу внутрішньою частиною підйому на точність адресації; удар по м'ячу внутрішньою частиною підйому на дальність; ведення м'яча зі зміною напрямку руху; удари і зупинки м'яча внутрішньою стороною стопи; жонгливання м'ячем серединою лоба з просуванням вперед).

Для виміру і оцінки якості знань на першому рівні засвоєння студентам пропонувалося відповідати на 12 тестових завдань з вибіркоким варіантом відповіді (по два завдання на кожен технічний прийом). Правильна відповідь оцінювалася в 1 бал.

Встановлено, що студенти контрольної групи виконали правильно в середньому  $10,09 \pm 1,12$  завдань, студенти експериментальної групи –  $11,82 \pm 0,24$  завдань. Відмінності достовірні. Звертають увагу відносно високі показники студентів контрольної групи – якість засвоєння у відсотковому відношенні складає 84,1 %. Цей показник у студентів експериментальної групи наближається до максимальних значень – 98,6 %.

Якість засвоєння знань на другому рівні визначалася за результатами виконання студентами тестових завдань описати усі необхідні і достатні правила виконання кожного з шести технічних

прийомів. Оцінка результатів виконання завдання проводилася за 10 бальною шкалою з урахуванням розроблених нами критеріїв. Ця ж шкала застосовувалася і при оцінці умінь випробовуваних виконувати технічні прийоми.

Найвищі показники у студентів контрольної і експериментальної груп спостерігаються в якості виконання ведення м'яча зовнішньою частиною підйому (8,55 і 9,68 балу відповідно) і серединою лоба (7,82 і 9,50 балу відповідно). Найбільша кількість рухових помилок допускається випробовуваними при виконанні ударів серединою підйому (від 6,89 до 8,80 балів) і внутрішньою частиною ступні (від 7,14 до 8,77 балів). Якість виконання зупинок м'яча підошвою і внутрішньою стороною стопи займає середнє положення в порівнянні з іншими технічними прийомами (від 7,79 до 9,09 балу для зупинок підошвою і від 7,95 до 9,00 балу – для зупинок внутрішньою стороною ступні).

Порівняльний аналіз даних контрольної і експериментальної груп показує, що випробовувані експериментальної групи мають кращі показники якості виконання в усіх 6 технічних прийомах: ударі серединою підйому – на 1,91 балу, ударі внутрішньою частиною стопи – на 1,63 бали, ударі серединою лоба – на 1,68 бали, зупинці м'яча підошвою – на 1,30 бали, зупинці м'яча внутрішньою частиною стопи – на 1,05 бали, веденні м'яча зовнішньою частиною підйому – на 1,32 балу. При оцінці якості виконання технічних прийомів за 10-бальною шкалою встановлено, що випробовувані експериментальної групи мали кращі показники в умінні виконувати удар з «підсічкою» ( $8,12 \pm 1,31$  балу проти балу  $6,38 \pm 1,74$  у випробовуваних контрольної групи) і зупинку м'яча, що опускається внутрішньою стороною ступні з переводом ( $7,25 \pm 1,56$  балу проти  $5,73 \pm 2,71$  балу у випробовуваних контрольної групи). Встановлено, що випробовувані експериментальної групи мають відносно кращі результати виконання тестових вправ в порівнянні з випробовуваними контрольної групи. Вони точніше в ударах серединою підйому по цілі (в середньому на 3,73 балу) і в адресації м'яча ударом внутрішньою частиною підйому в певну зону (в середньому на 2,13 балу).

Вони мають сильніший удар (в середньому на 6,18 см далі посилають м'яч ударом внутрішньою частиною підйому), краще володіють умінням швидко вести м'яч зі зміною напрямку пересування (в середньому на 2,12 зі швидше виконують тестову вправу з веденням м'яча «зміркою»). Вони відрізняються високим рівнем розвитку умінь виконувати удари і зупинки м'яча внутрішньою частиною стопи.

**Висновки.** Реалізація виділених нами педагогічних умов сприяє підвищенню якості засвоєння знань способів виконання технічних прийомів, умінь реалізовувати ці способи в стандартних умовах, умінь використати свій руховий досвід при вивченні відносно нових технічних прийомів. Це обумовлює перевагу студентів в точності і силі ударів, в швидкості виконання технічних прийомів, пов'язаних з ударами і зупинками м'яча, з веденням м'яча зі зміною напрямку пересування.

### *Джерела та література*

1. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту): навч. посіб. Вінниця: Планер, 2014. С. 31–34.
2. Наумчук В. І. Теоретико-методичні основи навчання спортивним іграм: навчальний посібник. Тернопіль: Астон, 2014. 180 с.
3. Овчаренко С. В., Мітова О.О. Проблеми контролю у футболі в зв'язку з сучасними тенденціями його розвитку. *Фізична культура спорт та здоров'я нації: зб. наукових праць*: Вінницький держ. пед. ун-тет ім. М. Коцюбинського, Житомирський держ. ун-тет ім. І. Франка / під ред. В.М. Костюкевича. Вінниця: ТОВ «Планер», 2017. Вип. № 3 (22). С. 371–377.