

Можливості й перспективи використання комп'ютерних технологій у підготовці юних футболістів

Національний університет фізичного виховання та спорту України (м. Київ)

Постановка наукової проблеми та її значення. Одна з основних умов ефективної системи підготовки спортивного резерву – планомірна багаторічна підготовка, що передбачає оптимальну послідовність постановки й розв'язання завдань, вибір засобів та методів побудови навчально-тренувального процесу, допустимих тренувальних навантажень відповідно до вікових особливостей і рівня підготовки спортсменів [4; 6; 7; 9; 10].

Методологічною основою технологічного забезпечення підготовки спортивного резерву вважається дотримання таких принципів:

- мінімізація організаційно-педагогічних помилок та недоглядів у багаторічній, поетапній, поточній, оперативній побудові навчально-тренувального процесу;
- оптимізація тренувальних навантажень і їх динаміка в процесі етапів та періодів спортивної підготовки, а також проведення окремих навчально-тренувальних занять;
- профілактика й фізична реабілітація травм і захворювань на етапах інтенсивної підготовки та участі в змаганнях.

Найбільш інноваційні та прогресивні моменти накопиченого досвіду довгострокової підготовки спортивного резерву у футболі в багатьох країнах, насамперед Західної Європи, заслуговують не лише пильної уваги українських спеціалістів, а й наукового обґрунтування напрямів їх використання задля якісної трансформації вітчизняної системи підготовки юних футболістів [1].

Останні роки активно обговорюють проблеми вдосконалення теорії й практики спортивної підготовки дітей, підлітків та молоді, пропонують нові методи й підходи.

Аналіз останніх досліджень цієї проблеми. Сучасні загальнотеоретичні знання та вагомий практичний досвід управління навчально-тренувальним процесом у галузі спорту уможливають критичне оцінювання підготовки спортсменів у футболі, відстеження позитивних сторін, визначення резервних можливостей і способів подальшого вдосконалення навчально-тренувального процесу [2; 8].

Сьогодні з розвитком технологій спортивної підготовки застосування інформаційних технологій у тренувальному процесі стало актуальною проблемою науково-педагогічної діяльності. Постійне зростання можливостей інформаційних систем обумовлює необхідність пошуку нових напрямів застосування сучасних інформаційних технологій у спортивній науці та практиці, потребує ще більш пильної уваги до можливостей оптимізації інформаційних процесів у педагогічній діяльності [2; 3].

Дослідження виконано згідно з планом науково-дослідної роботи кафедри кінезіології Національного університету фізичного виховання і спорту України й Зведеного плану науково-дослідної роботи в сфері фізичної культури та спорту на 2011–2015 рр. Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України на тему 3.7 «Вдосконалення біомеханічних технологій у фізичному вихованні та реабілітації з урахуванням індивідуальних особливостей моторики людини», номер державної реєстрації – 0111U001734.

Мета статті – розробити мультимедійну інформаційно-методичну систему «TORSO» для її подальшого використання в навчально-тренувальному процесі юних футболістів.

До **методів дослідження** належать аналіз спеціальної науково-методичної літератури, педагогічне спостереження. Роботу виконано на базі кафедри кінезіології Національного університету фізичного виховання і спорту України.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. На основі даних констатувального експерименту, а також дослідження низки спеціалістів, які обґрунтовують необхідність використання інформаційних технологій у системі спортивної підготовки, ми розробили мультимедійну інформаційно-методичну систему «TORSO», яку доцільно використовувати як для профілактики функціональних порушень опорно-рухового апарату (ОРА) футболістів на початковому етапі підготовки, так і для підвищення рівня теоретичних знань тренерів і юних футболістів.

Для відкриття програми потрібно активувати ярлик «TORSO», розміщений у меню «Пуск» чи на «Робочому столі», після чого на екрані з'явиться головне вікно програми.

Меню програми – це сторінковий елемент управління із вкладками й гіперпосиланнями. Активувавши курсором мишки потрібну вкладку, можна отримати доступ до необхідних функцій програми «TORSO».

На панелі робочого вікна містяться такі вкладки.

Вкладка «НАЛАШТУВАННЯ» – використання цієї вкладки передбачає налаштування основних елементів програми (рівень звуку, розмір відеокартинки, розмір текстових шрифтів тощо).

Вкладка «Корисно знати» містить декілька підрозділів, орієнтованих на отримання додаткових даних про поставу, типи її порушень. Усю інформацію подано як окремі розділи та підрозділи.

Розділ перший – «ПРАВИЛЬНА ПОСТАВА» – включає інформацію про правильну поставу та її характеристики.

Розділ другий – «РЕКОМЕНДАЦІЇ» – містить інформацію про те, що потрібно знати для формування правильної постави, як запобігти виникненню порушень постави, як правильно набути статичної робочої пози, як правильно приймати ортоградну позу, обрати спальне місце та лежати в ліжку.

У цьому розділі подано рекомендації про те, як правильно набувати вертикального положення тіла. Зважаючи на те, що величезну кількість часу в школі та вдома діти проводять за партою чи письмовим столом, виконуючи домашнє завдання, у цьому розділі приділено увагу питанням правильного положення тіла під час сидіння за столом. Варто зазначити, що в розділі також подано інформацію про те, як правильно готувати місце для сну і як правильно приймати положення тіла під час сну.

У розділі «ПРО ПОРУШЕННЯ ПОСТАВИ» репрезентовано інформацію про порушення постави у фронтальній і сагітальній площинах.

У розділі «ПОРУШЕННЯ ОПОРНО-РЕСОРНИХ ВЛАСТИВОСТЕЙ СТОПИ» подано коротку інформацію про те, що таке плоскостопість і які методи її визначення.

Вкладка «Рекомендації для тренерів» містить інформацію про можливості використання корекційно-профілактичних заходів у навчально-тренувальному процесі юних футболістів. Цей розділ дає можливість перейти до бази даних відеоуроків. Це наочності – відеоролики з комплексом фізичних вправ, розроблених для використання в процесі навчально-тренувальних занять (рис. 1).



Рис. 1. Вікно інформаційно-методичної системи «TORSO» – «Рекомендації для тренерів» (роздруковка з екрана комп'ютера)

Вкладка «Рекомендації для батьків» інформує про можливості використання корегувальних фізичних вправ у домашніх умовах.

Вкладка «Рекомендації для дітей» подає інформацію, спрямовану на підвищення мотивації в дітей для занять фізичними вправами (рис. 2).



3.3. Лежачи на підлозі на спині. Підняти корпус. Ноги при цьому не рухаються.



3.4. Лежачи на спині, виконуємо ногами вправу «велосипед» і «ножниці».



Рис. 2. Вікно інформаційно-методичної системи «TORSO» – «Рекомендації для дітей» (роздрукована з екрана комп'ютера)

У кожному підрозділі наявне гіперпосилання, за допомогою якого можна отримати детальнішу інформацію на цю тему: усе, що потрібно зробити, – лише активувати посилання детальніше внизу сторінки.

Висновки й перспективи подальших досліджень. Останнім часом у методиці спортивної підготовки помітні радикальні зміни, пов'язані зі збільшенням конкуренції на великих змаганнях і висуненням на перший план тренувальних програм, виконання яких часто перевищує адаптаційні можливості організму людини. Ця проблема набуває особливої гостроти на початкових етапах багаторічної підготовки дітей і підлітків, коли резерви їхнього організму інтенсивно витрачаються на природне зростання й розвиток, а також на енергетичне та пластичне забезпечення заданих навантажень. Таке становище поглиблюється ранньою спеціалізацією в спорті, інтенсифікацією тренувань і їхнім негативним впливом на організм людини. Виникають суперечності між підвищеними вимогами до підготовки юних спортсменів, що продиктовані необхідністю постійного зростання результатів, та обмеженими функціональними можливостями їхнього організму, який розвивається.

Сьогодні в умовах нестримної технологізації діяльності тренера запровадження комп'ютерних технологій у практику підготовки юних спортсменів і пошук способів їх ефективного використання дасть змогу вивести якість підготовки спортивного резерву на вищий методичний рівень.

Навчальний матеріал розробленої мультимедійної програми містить два розділи – *теоретичний* і *практичний*. *Теоретичний* складається із самостійних, взаємопов'язаних, оптимальних за величиною блоків інформації: про правильну поставу, порушення постави, особливості організації статодинамічного режиму. Фото- й відеоряд *практичного* розділу розкривають особливості використання фізичних вправ, спрямованих на корекцію порушень постави в процесі навчально-тренувальних занять. Створена мультимедіаінформаційно-методична система є інтерактивною та адаптивною.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з упровадженням мультимедіаінформаційно-методичної системи до навчально-тренувального процесу юних футболістів.

Джерела та література

1. Николаенко В. Построение многолетней подготовки в современном футболе / В. Николаенко // Наука в олимпийском спорте. – 2014.– №1. – С. 12–16.

2. Кашуба В. А. Современные подходы к формированию здоровьесберегающей направленности спортивной подготовки юных спортсменов / В. А. Кашуба, Л. М. Ярмолинский, Т. А. Хабинец // Физическое воспитание студентов : науч. журн. – Харьков, 2012. – № 2. – С. 34–37.
3. Максименко И. Г. Теоретико-методические основы многолетней подготовки юных спортсменов в спортивных играх : автореф. дис. на соискание ученой степени д-ра физ. воспитания : спец. 24.00.01. «Олимпийский и профессиональный спорт» / И. Г. Максименко. – Киев, 2011. – 46 с.
4. Никитушкин В. Г. Теория и методика юношеского спорта : монография / В. Г. Никитушкин. – М. : Физ. культура, 2010. – 208 с.
5. Петухов А. А. Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов. Проблемы и пути решения / А. В. Петухов. – М. : Сов. спорт, 2006. – 232 с.
6. Платонов В. Н. Система подготовки в олимпийском спорте. Общая теория и её практические приложения / В. Н. Платонов. – Киев : Олимп, лит., 2004. – 808 с.
7. Платонов В. Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и её практическое применение / В. Н. Платонов. – Киев : Олимп, лит., 2013. – 624 с.
8. Суслов Ф. П. Проблемы детско-юношеского спорта на современном этапе его развития / Ф. П. Суслов // Физическая культура воспитание, тренировка. – 2008. – № 3. – С. 2–6.
9. Wein PL Developing Game Intelligence In Soccer / H. Wein. – Michigan : Reedswain Inc, 2004. – 312 p.
10. Wein H. Developing Youth Football Players / H. Wein. — Champaign, IL : Human Kinetics, 2007. – 253 p.

Анотації

Сучасні загальнотеоретичні знання й вагомий практичний досвід управління навчально-тренувальним процесом у галузі спорту дають змогу критично оцінювати підготовку спортсменів у футболі, відстежувати позитивні сторони, визначати резервні можливості й способи подальшого вдосконалення навчально-тренувального процесу. Сьогодні з розвитком технологій спортивної підготовки застосування інформаційних технологій у тренувальному процесі стало актуальною проблемою науково-педагогічної діяльності. Постійне зростання можливостей інформаційних систем обумовлює необхідність пошуку нових напрямів застосування сучасних інформаційних технологій у спортивній науці й практиці, потребує ще більш пильної уваги до можливостей оптимізації інформаційних процесів у педагогічній діяльності.

Мета статті – розробити мультимедійну інформаційно-методичну систему «TORSO» для подальшого використання в навчально-тренувальному процесі юних футболістів. Методи дослідження – аналіз спеціальної науково-методичної літератури, педагогічне спостереження.

Навчальний матеріал розробленої мультимедійної програми передбачає два розділи – теоретичний і практичний. Теоретичний складається із самостійних взаємопов'язаних та оптимальних за величиною блоків інформації: про правильну поставу, порушення постави, особливості організації статодинамічного режиму. Практичний розділ представлено фото- й відеорядом, які розкривають особливості використання фізичних вправ, спрямованих на корекцію порушень постави в процесі навчально-тренувальних занять.

Ключові слова: юні спортсмени, інформаційні технології, мультимедіа.

Леонид Ярмолинский. Возможности и перспективы использования компьютерных технологий в подготовке юных футболистов. *Современные общетеоретические знания и весомый практический опыт управления учебно-тренировочным процессом в отрасли спорта позволяют критически оценивать подготовку спортсменов в футболе, отслеживать позитивные стороны, определять резервные возможности и пути дальнейшего совершенствования учебно-тренировочного процесса. Сегодня с развитием технологий спортивной подготовки применение информационных технологий в тренировочном процессе стало актуальной проблемой научно-педагогической деятельности. Постоянный рост возможностей информационных систем обуславливает необходимость поиска новых направлений применения современных информационных технологий в спортивной науке и практике, нуждается еще в более пристальном внимании к возможностям оптимизации информационных процессов в педагогической деятельности.*

Цель статьи – разработать мультимедийную информационно-методическую систему «TORSO» для дальнейшего использования в учебно-тренировочном процессе юных футболистов. Методы исследования – анализ специальной научно-методической литературы, педагогическое наблюдение.

Учебный материал разработанной мультимедийной программы предусматривает два раздела – теоретический и практический. Теоретический состоит из самостоятельных взаимосвязанных и оптимальных по величине блоков информации: о правильной осанке, нарушении осанки, особенностях организации статодинамического режима. Практический раздел представлен фото- и видеорядом, которые раскрывают особенности использования физических упражнений, направленных на коррекцию нарушений осанки в процессе учебно-тренировочных занятий.

Ключевые слова: юные спортсмены, информационные технологии, мультимедиа.

Leonid Yarmolynski. Prospects and Opportunities of Computer Technology use in the Training of Young Football Players. *Modern theoretical knowledge and significant experience in the field of sport training and education management allow us critically evaluate approaches towards training process of football players, track positive developments, identify potential capacities for further improvement of the training process.*

With the development of the modern technologies in sports training, its application in the training process has become an actual issue of the pedagogical and scientific research. On-going development of the information systems provides opportunities to search for new areas of application of modern information technologies in sports science and practice; it also gives new perspectives for the optimization of information processes in education.

The goal is to develop a multimedia information and methodological system «TORSO» for further use in the training process of young footballers. The research methods used are the analysis of specialized scientific and methodological literature and observation of trainees.

Developed educational multimedia program consists of theoretical and practical sections. The theoretical section includes independent and interrelated balanced blocks of information on: correct posture, posture disorders, and specifics of static and dynamic mode.

The practical section includes photo and visual information of the specialized physical exercises aimed at correcting posture disorders during the training sessions.

Key words: *young athletes, information technologies, multimedia.*