

## ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Високий	6,40%	16,00%	19,20%	16,00%	9,60%
Вище середнього	17,20%	44,40%	32,60%	27,40%	22,20%
Середній	60,20%	25,30%	35,40%	43,80%	49,00%
Нижче середнього	16,20%	11,10%	12,80%	12,80%	16,00%
низький	--	3,20%	--	--	3,20%

Високий рівень розвитку здатності до оцінки та регуляції просторово часових параметрів рухів виявлений у 6,4% дівчат, рівень розвитку вище середнього виявлений у 17,2%, низький рівень—не виявлений, а рівень розвитку нижче середнього спостерігається у 16,2%. У переважної більшості дівчат виявлений середній рівень розвитку цієї здатності (60,20%).

Аналізуючи показники розвитку здатності до орієнтування в просторі ми виявили 16,00% дівчат з високим рівнем цієї здібності. Проте, рівень розвитку вище середнього спостерігається у переважної більшості (44,40%), рівень розвитку нижче середнього—у 11,10%, низький—у 3,20%, середній рівень розвитку здатності до орієнтування в просторі виявлений у 25,30%.

Високий рівень розвитку здатності до утримання рівноваги спостерігається у 19,20% спортсменів туристів. Обстежених з рівнем розвитку вище середнього нами було виявлено 32,60%. Середній рівень розвитку здатності до утримання рівноваги спостерігається у більшості досліджуваних дівчат—35,40%, а рівень розвитку нижче середнього виявлений у 12,80%. туристок з низьким рівнем розвитку здатності до утримання рівноваги не виявлено.

Проаналізувавши показники розвитку здатності до узгодженості рухів ми одержали наступні результати: високий рівень притаманний 16,00%, рівень розвитку вище середнього—27,4%, середній рівень розвитку виявлений у більшості досліджуваних дівчат (43,8%), рівень розвитку нижче середнього—у 12,80%. Показники, що свідчать про низький рівень розвитку здатності до узгодження рухів не виявлені.

Високий рівень розвитку здатності до відчуття ритму виявлений в 9,60% досліджуваних, рівень вище середнього спостерігається у 22,20%, , рівень розвитку нижче середнього—у 16,0%, у 3,20% дівчат виявлено низький рівень розвитку, середній рівень виявлений у більшості досліджуваних (49,00%) розвитку здатності до відчуття ритму.

**Висновки.** Результати тестування показали, що у туристів-спортсменів як хлопців так і дівчат найкраще розвинуті здатність до утримання рівноваги та здатність до узгодженості рухів (високий рівень розвитку по 16,40% хлопців та 19,20% та 16,00% у дівчат відповідно). Також рівень розвитку вище середньо здатності до оцінки та регуляції просторово часових параметрів рухів та здатності до орієнтування в просторі виявлено у 29,00% хлопців та у 17,20% та 44,40% дівчат відповідно. Найслабше розвинута здатність до відчуття ритму.

### ЛІТЕРАТУРА

1. Бернштейн Н.А. О ловкости и её развитии.—М. «Физкультура и спорт», 1991.—с. 256.
2. Грабовський Ю.А., Скалій О.В., Скалій Т.В. Спортивний туризм. Навчальний посібник. - Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2009. - 304 с.
3. Лях В.И. Координационные способности: диагностика и развитие / В.И. Лях. – М.:ТВТ Дивизион, 2006. – 290 с.
4. Платонов В.М., Булагова М.М. Фізична підготовка спортсмена. - К., Олімпійська література. 1995 - 319 с.
5. Романенко В.А. двигательные способности человека. –Донецк «Новый мир», 1999.—с. 51-100.

*Яцишен А.*

*Науковий керівник – доц. Ладика П.І.*

## ОСНОВИ РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ФУТБОЛІСТІВ НА ЕТАПІ СПЕЦІАЛЬНОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ

**Актуальність.** В даний час стало очевидно, що високих результатів у футболі можуть досягнути тільки індивіди, що відрізняються виключними фізичними якостями і специфічними здібностями [1; 4].

Однією з умов, що забезпечує в майбутньому високі результати в футболі і тим самим визначає перспективність юних спортсменів, є відповідний рівень розвитку різних координаційних здібностей.

Координаційні здібності - це сукупність властивостей людини, що виявляються в тренувальному процесі і змагальній діяльності і обумовлюють успішність управління руховими діями різної координаційної складності [2,3]. Координаційні, здібності, що ґрунтуються на пропріорецепції, досить специфічні. Ступінь їх розвитку забезпечує відповідний рівень розвитку спеціалізованих відчуттів і сприйняття «почуттів» («почуття м'яча», «почуття воріт» і т.д.)

В основі спеціалізованого комплексного сприйняття лежить дуже тонка і точна диференціація подразнень, що надходять в аналізатори футболіста при оперуванні з м'ячем, завдяки чому футболіст отримує можливість правильно узгоджувати свої рухи з усіма особливостями м'яча і його пересувань [2,5].

## ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Разом з тим аналіз науково-методичної літератури, а також практичної діяльності тренерів показав, що питання вдосконалення досліджуваних нами координаційних здібностей у футболі розроблений недостатньо. Сьогодні стало очевидно, що для досягнення позитивного ефекту при роботі з дітьми тренер повинен мати перед собою в якості орієнтира якийсь ідеал, в якому згруповані оптимальні характеристики, завдяки яким досягається високий спортивний результат.

Спеціальне вивчення цього питання показало, що в теорії і практиці футболу відсутні науково обгрунтовані методики оцінки і вдосконалення координаційних здібностей футболістів, розроблені з урахуванням вікових особливостей цих дітей, рівня кваліфікації і спортивного стажу юних спортсменів, спектра найбільш значущих компонентів для досягнення високого спортивного результату і періодів найбільш сприятливих для даного процесу. Розкрите обставина робить процес підготовки спортивного футбольного резерву вельми аморфним, обмеженим в засобах, що дозволяють максимально ефективно удосконалювати необхідні в професійній діяльності футболістів види координаційних здібностей [1,2,3].

Враховуючи вище викладене ми поставили собі за **мету** визначити особливості розвитку координаційних здібностей футболістів на етапі спеціальної базової підготовки. Мета була реалізована через вирішення наступних завдань:

- Вивчити теоретико-методичні основи розвитку координаційних здібностей у спорті.
  - Визначити методичні положення та принципи організації «координаційного» тренування футболістів.
  - Визначити рівень розвитку координаційних здібностей футболістів 15-16 років.
- Статистичні показники прояву координаційних здібностей представлені у таблиці 1.

Таблиця 1

*Показники прояву координаційних здібностей футболістів 15-16 років*

Координаційні здібності при швидкісних переміщеннях			Здатність до диференціювання зусиль при силовій роботі		Здатність до перебудови рухових дій при роботі на швидкісному витривалість	
біг на 30 м, с	«слаломний» біг, с	Різниця в часі бігу, с	удар по м'ячу на дальність польоту, м	удар по м'ячу на 50% від макс. зусилля, % помилки	Час човникового бігу 7x50м, с	сумарний час оббігання стійок, с
4,30±0,15	5,60±0,18	1,30±0,23	39±2	26±2	66,3±0,4	11,00±0,14

З таблиці видно, що середній час долаття дистанції 30м становить 4,30±0,15, у «слаломному» бігу, цей показник становить 5,60±0,18с, а різниця між цими показниками - 1,30±0,23с. середня дальність при ударі по м'ячу становить 39±2м, а помилка при ударі у півсили становить 26±2%. Середній час у човниковому бігу у футболістів 15-16 років становить 66,3±0,4с, а сумарний час оббігання стійок - 11,00±0,14с.

За цими даними ми визначали рівень розвитку координаційних здібностей футболістів 15-16 років (табл.2).

Таблиця 2.

*Рівень розвитку координаційних здібностей футболістів 15-16 років*

Здібності	Рівень розвитку				
	Високий	Вище середнього	Середній	Нижче середнього	Низький
Координаційні здібності при швидкісних переміщеннях	25,20%	38,80%	25,80%	10,20%	0,00%
Здатність до диференціювання зусиль при силовій роботі	25,20%	20,40%	38,80%	15,60%	0,00%
Здатність до перебудови рухових дій при роботі на швидкісному витривалість	38,80%	25,20%	25,20%	10,20%	0,00%

З таблиці видно, що низький рівень розвитку координаційних здібностей не виявлено. В однаковій кількості (10,20%) обстежених футболістів виявлено рівень розвитку нижче середнього координаційних здібностей при швидкісних переміщеннях та здатності до перебудови рухових дій при роботі на швидкісному витривалість.

Високий рівень розвитку координаційних здібностей при швидкісних переміщеннях спостерігається у 25,20%. У переважній більшості (38,8%) обстежених спортсменів виявлений рівень розвитку вище середнього цієї здібності. Середній рівень виявлено приблизно у 25% футболістів.

У переважній більшості (38,80%) досліджуваних спортсменів спостерігається середній рівень розвитку здатності до диференціювання зусиль при силовій роботі. Високий рівень розвитку цієї здатності мають приблизно 25%. 20,40% - мають рівень розвитку вище середнього.

Найкращі показники спостерігаються у розвитку здатності до перебудови рухових дій при роботі на швидкісну витривалість (28,80%). Однакова кількість (приблизно по 25%) обстежених мають середній та вище середнього рівень розвитку даної здатності відповідно.

**Висновки.** Ключовим положенням методики розвитку координаційних здібностей футболістів є тісна взаємодія КЗ з основними фізичними якостями, а також з різними сторонами підготовленості (технічної, тактичної, психологічної). При плануванні навантажень, спрямованих на підвищення рівня розвитку координаційних здібностей, враховувалися основні їх параметри: координаційна складність вправи, інтенсивність роботи, тривалість виконання одного завдання (підходу), кількість повторень, тривалість і характер інтервалів відпочинку між повтореннями і серіями.

### ЛІТЕРАТУРА

1. Васильчук А.Г., Тий Ю.В., Останович М.В. Педагогічний контроль за швидкістю та спритністю висококваліфікованих футболістів. Практикум з футболу. - Київ, 2001. - С.24-26.
2. Лях В.И. Координационные способности: диагностика и развитие / В.И. Лях. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 290 с.
3. Малахов С.В. Объективность методов оценки уровня ловкости спортсменов, представляющих игровые виды спорта: Сб. науч. трудов / Под. ред. Е. Скоморохова. - М., 1998. - 118 с.
4. Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки. - М.: Физкультура и спорт, 1977. - 236 с.
5. Платонов В.М., Булатова М.М. Фізична підготовка спортсмена. - К., Олімпійська література. 1995 - 319 с.

*Познанський Д.*

*Науковий керівник – доц. Петришин Г.Р.*

### МОЛОДЬ ЯК ЕЛЕМЕНТ СОЦІАЛЬНОЇ СТРУКТУРИ: ПРОБЛЕМА ІНФАНТИЛІЗМУ

На сьогоднішній день соціологія молоді є найважливішою складовою соціологічної теорії. Для того, щоб молоді люди могли збудувати якісно нове суспільство вони повинні проявити активність для процесу переходу від тоталітарного суспільства до відкритого, тобто демократичного. Тому дослідження інфантилізму молоді як специфічного елемента соціальної структури в Україні є важливим.

**Мета статті** - це виокремити питання інфантилізму молоді у сфері політики та визначити шляхи вирішення цієї проблеми.

Соціологічні дослідження проблем молоді в межах радянської науки розпочався у часи хрущовської «відлиги» в 60-х роках. Тоді соціологів цікавили, перш за все, проблеми підготовки робочої сили для соціалістичного народного господарства, підвищення продуктивності праці серед молоді, її виховання в дусі комуністичних ідеалів. Тобто дослідників цікавила не молодь сама по собі, її інтереси, потреби і прагнення, а можливість використання молодого покоління для вирішення прагматичних завдань соціалістичного будівництва [5].

Процес соціалізації молодого покоління розглядався як одностороннє засвоєння досвіду старшого покоління і суспільства загалом. Молодь виступала пасивним об'єктом соціалізації, а не творчою силою, яка здатна на активне соціальне оновлення.

Сьогодні молодь є важливою частиною системи державної молодіжної політики, цілісної концепції розвитку суспільства. Специфіка державотворчих процесів в сучасній Україні полягає у тому, що саме ця цілісна концепція тільки формується. Але законодавчі акти та документи, які саме стосуються державної молодіжної політики вже затверджені, що створює складну ситуацію.

Молодь – майбутнє країни. Для того, щоб достатнім чином досягти цього майбутнього, держава повинна розробити реалістичну і водночас збалансовану політику для молодого населення.

Державна молодіжна політика як система певних заходів щодо сприяння соціальному становленню і розвитку молоді, повинна базуватись на глибокому, об'єктивному аналізі реального стану молоді, здійснюваному різними науками. Соціологія молоді в системі цих наук займає провідне місце. Значимість науки зумовлена дослідженням процесів соціалізації молодого покоління, його входження у доросле життя в умовах, які блискавично змінюються. Тобто має пріоритетне значення в суспільному, практично-політичному плані, даючи вихідні дані для соціальної політики, держави, яка забезпечує вирішення проблем молоді з обов'язковим врахуванням її інтересів, потреб і здібностей [5].

Раніше вважалося, що молодь виступає переважно об'єктом державної молодіжної політики, об'єктом соціального впливу. На жаль, і нині мало що змінилося. Різниця лише в тому, що передбачається впливати не на саму молодь, а на умови її соціалізації в різних сферах життєдіяльності,