



ВДОСКОНАЛЕННЯ РОЗВИТКУ
КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ
ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ НА ЕТАПІ
ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ

Овчаренко Сергій, Соловей Дмитро, Матяш Вадим, Яковенко Артем
Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

DOI: 10.32540/2071-1476-2019-1-068

Annotation

Introduction and purpose of the study. The article is devoted to improving the development of the coordination abilities of young football players at the stage of preliminary basic training. The study of the peculiarities of the level of development of coordination abilities in boys 11-12 years old involved in football, allowed us to develop a methodology for their improvement. It was determined that the importance of coordination of movements and spatial orientation in the activities of modern football players is constantly increasing, which is associated with the need to act in conditions of tough martial arts, non-standard situations, with a shortage of time and space. The hypothesis of the study is the scientific prediction of the possibility of increasing the level of technical preparedness of young football players by improving the methodology for the development of coordination abilities. The purpose of the study is to develop and implement a methodology that is aimed at the development of coordination abilities in players aged 11-12.

Material and methods. The study was conducted at the scientific laboratory of the Pridneprovsk State Academy of Physical Culture and Sports for three months with the involvement of football players aged 11-12 years KPNZ DYUSSH №2 DMR t. Dnipro. Two groups were taken. The first group - experimental, consisted of 16 people. The second group - the control, consisted of 18 people.

Results. The results of the study are to improve the coordination capabilities of young football players, which are caused by the use of the developed methodology for the development of coordination abilities.

The research results and the developed methodology for improving the coordination abilities of young football players, as well as the control system can be used in the training process in other sports. It is proved that the use of the technique in the training process contributes to the harmonious development of the coordination abilities of football players at the stage of preliminary basic training.

Conclusions. Special tests-indicators of various aspects of coordination abilities were identified and applied. They turned out to be quite capacious, informative and uncomplicated in execution. Their results can be subjected to various types of calculations using mathematical statistics.

The proposed experimental technique for the development of the coordination abilities of young football players included the use of complex motor actions associated with developing factors in the training process, such as: performing signal exercises, flipping and turning 360 degrees, and performing techniques using knock down factors. The effectiveness of the proposed methodology was confirmed by the results of repeated testing. The increase in all types of coordination abilities among the players of the experimental group was more significant than among the players of the control group.

Keywords: young football players, stage of preliminary basic training, control, technical techniques, coordination abilities.

Анотація

Вступ і мета дослідження. Стаття присвячена вдосконаленню розвитку координаційних здібностей юних футболістів на етапі попередньої базової підготовки. Дослідження особливостей рівня розвитку координаційних здібностей у юнаків 11-12 років, які займаються футболом, дозволило розробити методику їх вдосконалення. Визначено, що значимість координації рухів і просторової орієнтації в діяльності сучасних футболістів постійно підвищується, що пов'язано з необхідністю діяти в умовах жорсткого єдиноборства, нестандартних ситуаціях, при дефіциті часу і простору. **Гіпотеза дослідження** полягає у науковому передбаченні можливості підвищення рівня технічної підготовленості юних футболістів шляхом вдосконалення методики розвитку координаційних здібностей. **Мета дослідження** – розробити та впровадити методику, яка спрямована на розвиток координаційних здібностей у футболістів 11-12 років.

Матеріал і методи. Дослідження проводилося на базі наукової лабораторії Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту протягом трьох місяців із залученням футболістів у віці 11-12 років КПНЗ ДЮСШ №2 ДМР м. Дніпра. Були узяті дві групи. Перша група – експериментальна, складалася з 16 чоловік. Друга група – контрольна, складалася з 18 чоловік.

Результати. Результати дослідження полягають в поліпшенні координаційних можливостей юних футболістів, які викликані використанням розробленої методики розвитку координаційних здібностей.

Результати досліджень і розроблена методика покращення координаційних здібностей у юних футболістів, а також система контролю можуть бути використані в тренувальному процесі в інших видах спорту. Доведено, що використання методики в тренувальному процесі сприяє гармонійному розвитку координаційних здібностей футболістів на етапі попередньої базової підготовки.

Висновки. Визначені та застосовані спеціальні тести-показники різних сторін координаційних здібностей. Вони виявилися достатньо ємкими, інформативними та нескладними за виконанням. Їх результати можна піддавати різним видам обчислення за допомогою математичної статистики.

Запропонована експериментальна методика розвитку координаційних здібностей юних футболістів, яка передбачала використання в навчально-тренувальному процесі складних рухових дій, пов'язаних з розвиваючими чинниками, такими як: виконання вправ за сигналом, перекиди і розвороти на 360 градусів, виконання технічних прийомів із застосуванням збиваючих чинників. Ефективність запропонованої методики підтвердили результати повторного тестування. Приріст всіх видів координаційних здібностей у футболістів експериментальної групи був більш значним, ніж у гравців контрольної групи.

Ключові слова: юні футболісти, етап попередньої базової підготовки, контроль, технічні прийоми, координаційні здібності.

Аннотация

Введение и цель исследования. Статья посвящена совершенствованию развития координационных способностей юных футболистов на этапе предварительной базовой подготовки. Исследование особенностей уровня развития координационных способностей у юношей 11-12 лет, занимающихся футболом, позволило разработать методику их совершенствования. Значение координации движений и пространственной ориентации в деятельности современных футболистов постоянно повышается, что связано с необходимостью действовать в условиях жесткого единоборства, нестандартных ситуациях, при дефиците времени и пространства. **Гипотеза исследования** заключается в научном предвидении возможности повышения уровня технической подготовленности юных футболистов путем совершенствования методики развития координационных способностей. **Цель исследования** – разработать и внедрить методику, которая направлена на развитие координационных способностей у футболистов 11-12 лет.

Материал и методы. Исследование проводилось на базе лаборатории Приднепровской государственной академии физической культуры и спорта в течение трех месяцев с участием футболистов в возрасте 11-12 лет КПНЗ ДЮСШ № 2 ДМР м. Днепр. Были взяты две группы. Первая группа – экспериментальная, состояла из 16 человек. Вторая группа – контрольная, состояла из 18 человек.

Результаты. Результаты исследования заключаются в улучшении координационных возможностей юных футболистов, которые вызваны использованием разработанной методики развития координационных способностей.

Результаты исследований и разработанная методика улучшения координационных способностей у юных футболистов, а также система контроля могут быть использованы в тренировочном процессе в других видах спорта. Доказано, что использование методики в тренировочном процессе способствует гармоничному развитию координационных способностей футболистов на этапе предварительной базовой подготовки.

Выводы. Выявлены и применены специальные тесты-показатели различных сторон координационных

способностей. Они оказались достаточно емкими, информативными и несложными по исполнению. Их результаты можно подвергать различным видам вычисления с помощью методов математической статистики.

Предложенная экспериментальная методика развития координационных способностей юных футболистов предусматривала использование в учебно-тренировочном процессе сложных двигательных действий, связанных с развивающими факторами, такими как: выполнение упражнений по сигналу, кувырки и развороты на 360 градусов, выполнения технических приемов с применением сбивающих факторов. Эффективность предложенной методики подтвердили результаты повторного тестирования. Прирост всех видов координационных способностей у футболистов экспериментальной группы был более значительным, чем у игроков контрольной группы.

Ключевые слова: юные футболисты, этап предварительной базовой подготовки, контроль, технические приемы, координационные способности.

Вступ. Футбол – вид спорту, який навіть серед ігрових видів є дуже специфічним, а сучасна методика підготовки відрізняється від минулих років, коли великий об'єм тренувальної роботи давав необхідний результат. Навчання футболістів, особливе їх вдосконалення і перехід в команди майстрів, процес надзвичайно багатоплановий. Підготовка юних і дорослих кваліфікованих футболістів значно відрізняється. В процесі багаторічної підготовки необхідно узгоджувати педагогічні дії згідно із закономірностями фізичного розвитку рухових здібностей дітей і підлітків. Цим можна пояснити початкову характерну складність всього процесу підготовки юних футболістів. Потрібно постійно спиратися на вікові закономірності становлення спортивної майстерності [Николаенко, 2014; Мітова, 2015].

Необхідно зрозуміти, що багаторічна підготовка футболістів – це керований педагогічний процес, де кожен період становлення майстерності повинен ґрунтуватися на відповідному рівні фізичної і технічної, тактичної і психологічної готовності. Звичайно, тренувальний процес будується у відповідності з загальними рекомендаціями і положеннями фізичного виховання, єдина відмінність – це специфіка виду спорту [Платонов, 2015; Костюкевич, 2018].

У методиці підготовки команд майстрів достатньо повно розгля-

нуте питання організації і планування всього багатопланового тренувального процесу. Але наука про спортивне тренування юнаків має тільки загальні контури. Потрібно, перш за все, розібратися в логіці причин і наслідків, знайти помилки і прорахунки, які допускаються в тренуванні молодих футболістів.

Особливе місце в дитячому і юнацькому футболі займає координація рухів, а упущення можливості її розвитку в цьому віці навряд чи вдасться надолужити пізніше [Лях, 1999; Витковский, 2006; Иванов, 2019]. У футболі координаційні здібності обумовлюють ефективність ігрових дій та якість вирішення більшості техніко-тактичних завдань [Голомазов, 1998; Максимик, 2002; Зерег, 2013]. Саме від готовності юного футболіста до оптимального оволодіння, управління та регулювання руховими діями, що визначає їх сутність, значною мірою залежить становлення спортивної майстерності.

Слід враховувати також те, що рухова активність футбольних вихованців поза спортивним майданчиком за останній час значно зменшилася, тобто діти на всіх етапах розвитку займаються вузькою спеціалізацією, не звертаючи уваги на інші види спорту і часто поза футбольним полем дитина веде малорухливий спосіб життя. Такий рід життєдіяльності характеризується малим об'ємом

рухової пам'яті, що надалі перешкоджає швидкому і кращому засвоєнню нових рухових дій в такому виді спорту, як футбол.

При цьому для розвитку загальних координаційних здібностей пропонуються комплекси засобів, реалізація яких пов'язана з фізичною підготовкою і, як правило не включає роботу з футбольним м'ячем. Комплекси засобів, спрямованих на вдосконалення спеціальних координаційних здібностей, відповідають індивідуальним діям гравця в футболі і відображають, насамперед, зміст технічної підготовки. Відповідно комплекси засобів, що реалізуються з метою розвитку специфічних координаційних здібностей, передбачають виконання групових й командних дій і тісно пов'язуються з тактикою футболу [Толстоухов, 2017].

У свою чергу, використання у навчально-тренувальному процесі рухливих та навчальних ігор вимагає комплексного прояву координаційних здібностей, що забезпечує вирішення завдань ігрової (інтегральної) підготовки юних футболістів. Тому дитячо-юнацьким тренерам слід звертати увагу на використання в тренувальному процесі якомога більше елементів з інших споріднених видів спорту. Таким чином, спостерігатиметься позитивне перенесення рухових навичок. Вище зазначене свідчить про актуальність обраного напрямку дослід-

ження.

Гіпотеза дослідження полягає у науковому передбаченні можливості підвищення рівня технічної підготовленості юних футболістів шляхом вдосконалення методики розвитку координаційних здібностей.

Мета дослідження – розробити та впровадити методику, яка спрямована на розвиток координаційних здібностей у футболістів 11-12 років.

Матеріал та методи дослідження. Дослідження проводилося на базі наукової лабораторії Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту протягом трьох місяців із залученням футболістів у віці 11-12 років КПНЗ ДЮСШ№2 ДМР м. Дніпра. Були узяті дві групи. Перша група – експериментальна, складалася з 16 чоловік. Друга група – контрольна, складалася з 18 чоловік. В стані здоров'я у жодного з тих, хто займається не було патологічних відхилень.

Використовувались такі методи дослідження: теоретичний аналіз; узагальнення досвіду практичної роботи щодо системи підготовки юних футболістів; педагогічне тестування; методи математичної статистики.

Підбір рухових тестів здійснювався з урахуванням специфіки виду спорту, етапу підготовки та особливостей критеріїв відбору. Нами було використано такі контрольні тести для оцінювання різних параметрів координаційних здібностей: тест на координацію рухів – біг на дистанцію 30 м між стійками. Оббігання виконується змієюю (дві спроби, фіксується краща); тест для виміру спритності – біг 3x15 м з оббіганням стійок, які розставлені впродовж дистанції (дві спроби, фіксується краща); жонгливання м'ячу всіма частинами тіла (дві спроби); тест ведення м'яча – човниковий біг 2x25 м. М'яч ведеться до лінії – на лінії розворот, що виконується будь-яким зручним

способом. У кожному відрізку (25 м) необхідно зробити як мінімум чотири торкання (дві спроби); тест – удари на точність: виконуються по стандартних футбольних воротах, намальованих на стіні з відстані 10 м. Бали зараховуються відповідно зони воріт, в які попав м'яч (від 3 до 9 балів). Після трьох ударів бали підсумовуються і цей результат фіксується.

Результати дослідження. Результати попереднього тестування свідчили про відсутність істотної різниці в підготовці юних футболістів експериментальної і контрольної груп (табл.1).

Нами було розроблено методику, яка була застосована в навчально-тренувальному процесі футболістів експериментальної групи. На першому етапі (1-й місяць) проводилися раніше відомі вправи з додаванням абсолютно нових для цієї групи вправ в підготовчій та основній частинах заняття. Використовуються нові, незнайомі складно координаційні вправи, додаються збиваючі і додаткові рухові акти (перекиди, розвороти на 360 градусів). В кінці етапу акцент робиться на швидкісному виконанні вправ, більше використовується змінний метод, практично в кожному виконанні вправи є завдання (по сигналу).

Для розвитку координаційних здібностей та спритності були запропоновані: гра в ручний м'яч (розмір м'яча під час однієї гри мінявся так: гандбольний, регбійний і футбольний); естафетні вправи – оббігання фішок (змієюю: обличчям і спиною вперед), ведення м'яча з розворотом тощо; жонгливання м'яча із зупинкою за сигналом, а також в парах і трійках із завдання або обмеженням (по два торкання, два торкання через одне або в одне торкання).

На другому етапі (2-й місяць) в основному використовується повторний метод. Етап характеризується тим, що в ньому дві третини вправ використовуються

в дзеркальному виконанні. Одна третина вправ, які виконуються сильною ногою – в них потрібна точність (удари по воротах, передачі по лінії). Лише жонгливання виконується обома ногами.

Для розвитку координаційних здібностей та спритності на другому етапі були додані: ведення м'яча на обмеженій площі з обмеженням фішок і своїх партнерів (час виконання вправи – 20 с, кількість повторень 5-6 разів); удари на точність з 10-15 м по воротах із завданням (попаданням м'яча в певну зону воріт); ведення м'яча на швидкість з розворотами за сигналом. Вправи з жонгливанням м'яча було ускладнено додатковими завданнями і їх виконанням за звуковим сигналом.

В тренувальній грі була запропонована деяка кількість обов'язкових технічних прийомів. Найчастіше юні футболісти застосовували, або намагалися застосувати тільки що розучені прийоми і комбінації. Це відповідає другій стадії формування рухового навичку, а саме – концентрації.

На третьому етапі (3-й місяць), як і на другому, основним методом тренування є повторний метод. Цей етап відрізняється від двох попередніх тим, що всі завдання виконуються в рівній мірі обома ногами. Велика увага приділяється швидкості та точності виконання всіх технічних елементів.

На цьому етапі до раніше представлених вправ були додані ігрові елементи, такі як ведення перед ударами, елементи несподіванки і суперництва, що дало вправам, які виконувалися додаткової складності. При цьому використовувалось удари по воротах, по м'ячу, що котиться, з відстані 10-16м (ведення – удар по воротах); жонгливання виконувалося із завданнями (наприклад: з перекиданням м'яча собі за спину - розворотом на 180 градусів і продовженням жонгливання); ведення м'яча здійснювалося в естафетах; гра в ручний м'яч із

Таблиця 1

Результати тестування координаційних здібностей юних футболістів до експерименту

Групи	Тести				
	Біг 30 м (с)	Біг 3x15 м (с)	Жонглювання (кіл-сть разів)	Ведення м'яча 2x25 м (с)	Удар на точність (бали)
Е (n =16)	11,9±0,6	10,0±0,7	18,0±3,2	13,2±0,2	11,1±0,9
К (n =18)	12,3±0,3	9,6±0,7	15,5±1,5	13,1±0,2	10,5±0,7
Різниця в %	2,8	4,1	7,3	0,6	6,7
p	> 0,05	> 0,05	> 0,05	> 0,05	> 0,05

забиванням м'яча у ворота різними частинами підйому, стегном, головою після накидання м'яча партнером.

У тренувальних іграх завданням було використовувати якомога більше різноманітних прийомів. Таким чином ми намагалися розвинути креативність і варіативність розумової діяльності. Розвиток у юних футболістів здібності до екстраполяції дозволяє їм краще боротися з дією збиваючих чинників (які часто в окремо взятих поєдинках вирішують результат матчу).

Як показали дослідження, розвиток рухової координації є більш ефективним, коли в запропонованих у процесі тренування вправах є елементи новизни та незвичності. При цьому це позитивно впливає також на рівень технічної підготовленості гравців, про що свідчать результати повторного тестування гравців експериментальної та контрольної груп (табл.2), що довело практичну ефективність і значущість

вживаних методів для розвитку перерахованих вище видів координаційної діяльності.

Результати проведеного дослідження підтверджують гіпотезу про значущість координаційних рухів і просторової орієнтації для ефективності виконання технічних елементів юними футболістами, що в майбутньому впливатиме на ефективність їх ігрової діяльності.

Дискусія. У сучасній спеціальній літературі все більше теоретиків і практиків розцінюють футбол як переважно складно-координаційний вид спорту, а саме такий, де результат змагальної діяльності спортсмена багато в чому обумовлений високим рівнем спеціальної спритності та гнучкості, що дозволяє футболістові швидко та ефективно здійснювати специфічні поєднання складних рухових дій у просторі та часі [Лях, 2001]. Вважається, що характерною відмінністю кваліфікованого футболіста є саме високий рівень розвитку у нього

спеціальної спритності. Під час виникнення екстремальних ситуацій гри, складних за координаційною структурою, значення рівня розвитку спритності суттєво зростає [Лях, 2010]. В той же час, як зазначає ряд авторів, основна увага під час підготовки футболіста (перш за все фізичної підготовки) приділяється розвитку інших якостей, таких як швидко-силові здібності, швидкість, витривалість; таким якостям, як спеціальна спритність і гнучкість приділяється поки що менше уваги, часто врахування розвитку спритності, гнучкості та інших критеріїв координаційних здібностей лише декларується [Шамардин, 2012; Овчаренко, 2019].

Аналіз спеціальної науково-методичної літератури свідчить про те, що на даний час накопичений вагомий досвід теоретичного та практичного плану відносно вирішення проблеми фізичної підготовки у футболі. В ряді робіт розглянуті організаційні основи контролю у футболі [Годик, 2010; Губа, 2015;

Таблиця 2

Результати тестування координаційних здібностей юних футболістів після експерименту

Групи	Тести				
	Біг 30 м (с)	Біг 3x15 м (с)	Жонглювання (кіл-сть разів)	Ведення м'яча 2x25 м (с)	Удар на точність (бали)
ЕГ (n =16)	8,16±0,55	7,71±0,75	31,05±3,35	10,68±0,24	17,35±1,42
КГ (n =18)	11,69±0,4	10,99±0,65	16,89±2,48	12,45±0,13	10,73±0,74
Різниця в %	30,2	29,8	83,8	14,2	61,6
p	< 0,05	< 0,05	< 0,05	< 0,05	< 0,05

Костюкевич, 2017; Овчаренко, 2017]; не менш значимою є доробка дослідників, яка висвітлює проблеми розвит-ку фізичних якостей футболістів [Шамардин, 2012; Костюкевич, 2012; Николаенко, 2014; Овчаренко, 2019]. Слід відзначити, що, говорячи про фізичну підготовленість футболіста, основну увагу дослідники звертають переважно на розвиток у футболіста таких якостей, як швидкість, швидко-силово витривалість, загальна та спеціальна витривалість [Губа, 2010; Шамардин, 2012; Овчаренко, 2017], в той же час такому важливому компоненту фізичної підготовленості футболіста, як координаційні здібності, присвячена відносно менша кількість робіт. Особливо це стосується розвитку таких якостей: як здатність точно відтворювати та диференціювати просторові, часові та силові параметри складних рухових дій, здатність оптимально орієнтуватися в просторі, рівновага, ритм, здатність до швидкої перебудови рухових дій, статокінетична тривалість та деякі інші [Лях, 2010]. Очевидно, що вдосконалення координаційних здібностей футболістів в залежності від віку, статі та кваліфікації буде мати свої особливості; дотепер найбільш детально вивчена структура тренувальних навантажень, спрямованих на розвиток координаційних здібностей юних спортсменів [Іванов, 2019]; що ж до програм тренувальних навантажень, спрямованих на розвиток координаційних здібностей у кваліфікованих футболістів, то таких досліджень проведено відносно менше.

Недооцінка розвитку таких якостей фізичної підготовленос-

ті футболіста як координаційні здібності, без сумніву, негативно впливатиме на ефективність його гри. Прикладом того, що в сучасній науковій літературі існує певна недооцінка значення рівня координаційних здібностей, а саме спритності, є недостатня кількість критеріїв для її оцінки, навіть дотепер не існує єдиного загально визначеного визначення даної якості. В роботах ряду авторів [Семенов, 1995; Малахов, 1998; Лях, 2002] підкреслюється необхідність розробки і впровадження методичних підходів до комплексного вивчення проблеми спритності, при цьому звертається увага на те, що слід диференціювати ряд педагогічних задач, з тим, щоб можна було підібрати відповідні вправи для тренування спритності.

Враховуючи вищевказане, нами було розроблено методичні підходи для розвитку координаційних здібностей, які були спрямовані на послідовне виконання протягом трьох етапів переважно вправ з м'ячем з поступовим додаванням на кожному етапі елементів новизни та незручності при виконанні вправ. При цьому було здійснено підбір рухових тестів для оцінювання і контролю різних параметрів координаційних здібностей юних футболістів, що дає змогу робити навчально-тренувальний процес більш різноманітним та ефективним.

Висновки. Визначено, що ті, хто займаються футболом на всіх етапах розвитку, – займаються вузькою спеціалізацією, не звертаючи уваги на інші види спорту. Такий вид життєдіяльності характеризується малим об'ємом рухової пам'яті, що надалі пере-

шкоджає швидкому і кращому засвоєнню нових рухових дій.

Визначені та застосовані спеціальні тести-показники різних сторін координаційних здібностей. Вони виявилися достатньо емкими, інформативними та нескладними за виконанням. Їх результати можна надавати різним видам обчислення за допомогою методів математичної статистики.

Запропонована експериментальна методика розвитку координаційних здібностей юних футболістів, яка передбачала використання в навчально-тренувальному процесі складних рухових дій, пов'язаних з розвиваючими чинниками, такими як: виконання вправ за сигналом, перекиди і розвороти на 360 градусів, виконання технічних прийомів із застосуванням збиваючих чинників. Ефективність запропонованої методики підтвердили результати повторного тестування. Приріст всіх видів координаційних здібностей у футболістів експериментальної групи був більш значним, ніж у гравців контрольної групи.

Перспектива подальших досліджень. Подальші дослідження необхідно спрямувати на вдосконалення методики розвитку координаційних здібностей у юних футболістів на етапах річного циклу підготовки.

Вдячності. Окрема подяка тренерському складу КПНЗ ДЮСШ № 2 ДМР м. Дніпра та Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту за підтримку і допомогу в організації та проведенні досліджень.

Конфлікт інтересів. Автори заявляють про відсутність будь-якого конфлікту інтересів.

Література

1. Витковский З., Лях В. Координационные способности в футболе: диагностика, структура, онтогенез. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. М., 2006. № 4. С. 28-31.
2. Голомазов С.В., Чирва В.Г. Футбол: теоретические основы совершенствования точности действий с

References

1. Vitkovsky Z., Lyakh V. (2006) Coordination abilities in football: diagnostics, structure, ontogenesis. Physical education: upbringing, education, training. M. No. 4. S. 28-31.
2. Golomazov S.V., Chirva V.G. (1998) Football: the theoretical basis for improving ball accuracy. M.:

- мячом. М.: СпортАкадемПресс, 1998. 99 с.
3. Годик М.А. Скородумова А.П. Комплексный контроль в спортивных играх. М.: Советский спорт, 2010. 330 с.
 4. Губа В.П., Шамардин А.А. Комплексный контроль интегральной функциональной подготовленности футболистов: монография. М.: Советский спорт, 2015. 285 с.
 5. Губа В.П., Лексаков А.В., Антипов А.В. Интегральная подготовка футболистов: учеб. пособие. М.: Советский спорт, 2010. 208 с.
 6. Зерег Ф. Развитие координационных способностей футболистов 14-15 лет на этапе базовой специализации: автореф. дис. ... магистр / Зерег Ф.; ТГУ им. Г.Р. Державина, г. Тамбов, 2013. 118 с.
 7. Иванов И.В. Развитие координационных способностей юных футболистов. Экспериментальные и теоретические исследования в современной науке: сб. ст. по матер. XXXIV-XXXV междунар. науч.-практ. конф. № 4-5(32). Новосибирск: СибАК, 2019. С. 46-56.
 8. Костюкевич В.М. Врублевський Є.П., Вознюк Т.В. [та ін.]. Теоретико-методичні основи контролю у фізичному вихованні та спорті: [монографія]. Вінниця ТОВ «Планер», 2017. 191 с.
 9. Костюкевич В.М. Теоретичні та методичні основи моделювання тренувального процесу спортсменів ігрових видів спорту: дис. на здобуття наук. ступеня докт. наук з фіз. вих. і спорту: [спец.] 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт». К.: 2012. 560 с.
 10. Лях В. Совершенствование специфических координационных способностей. Физкультура в школе, 2001. № 2. 195 с.
 11. Лях В.И., Витковски З., Жмуда В. Спортивно-двигательные тесты для оценки специфических координационных способностей футболистов. Теория и практика физической культуры. 2002. № 8. С. 51-54.
 12. Лях В.И., Витковски З. Развитие и тренировка координационных способностей юных футболистов 11-19 лет. Физиология человека. 2010. № 1. С. 74-82.
 13. Лях В.И., Садовски Е.О концепциях, задачах, месте и основных положениях координационной подготовки в спорте. Теория и практика физ. культуры, 1999. № 5. С. 40-47.
 14. Мітова О.О., Матяш В.В. Совершенствование процесса технической подготовки юных футболистов на этапе предварительной базовой подготовки: [монографія]. Дніпропетровськ, 2015. 270 с.
 15. Малахов С.В. Об'єктивність методів оцінки рівня спритності спортсменів, які представляють ігрові види спорту: Зб.науч. трудів / Під. ред. Скоморохова Є., М.: 1998. 118с.
 3. SportAkademPress, 99 p.
 3. Godik M.A. Skorodumova A.P (2010) Comprehensive control in sports games. M.: Soviet Sport. 330 s.
 4. Lip V.P., Shamardin A.A. (2015) Integrated control of the integral functional preparedness of football players: monograph. M.: Soviet Sport. 285 s.
 5. Guba, V.P., Leksakov A.V., Antipov A.V. (2010) Integral training of football players: training manual. Moscow: Soviet sport. 208 p.
 6. Zereg, F. (2013) Development of coordination abilities in 14-15 years old football players at the stage of basic specialization: the author's abstract. Dis. ... Master / Zereg F.; TSU name G.R. Derzhavin, Tambov. 118 p.
 7. Ivanov I.V. (2019) Development of coordination abilities of young football players. Experimental and theoretical research in modern science: Sat. Art. by mater. XXXIV-XXXV Int. scientific-practical conf. No. 4-5 (32). Novosibirsk: SibAK. S. 46-56.
 8. Kostyukevich V.M. Vrublevskiy Ye.P., Voznyuk T.V. [and others] (2017). Theoretical and methodological foundations of the control of physical sports: [monografiya]. Vinnitsya TOV «Planer». 191 p.
 9. Kostyukevich V.M. (2012) Theoretical and methodological bases of modeling of training process of sportsmen of game sports: dis. for the sciences. degree doct. Sciences in Phys. outgoing call and sports: [special] 24.00.01 Olympic and professional sports. K.: 560 p.
 10. Lyakh V. (2001) Perfection of specific coordination abilities. Physical education at school. No. 2. 195 p.
 11. Lyakh V.I., Vitkovski Z., Zhmuda V. (2002) Sportivno-dvigatel'nye testy dlya otsenki spetsificheskikh koordinatsionnykh sposobnostey futbolistov [Sport-motive tests for estimation of specific coordination capability of football players]. Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury [Theory and Practice of Physical Culture]. N. 8. pp. 51-54.
 12. Lyakh V.I., Witkowski Z. (2010) Development and training of coordination abilities of young football players aged 11-19. Human physiology. No. 1. S. 74-82.
 13. Lyakh V.I., Sadowski E. (1999) About the concepts, tasks, place and basic provisions of coordination training in sports. Theory and practice of physical culture. No. 5. P. 40-47.
 14. Mitova O.O., Matyash V.V. (2015). Improvement of the process of technical training of young football players at the stage of preliminary basic training: [monograph]. Dnepropetrovsk. 270 p.
 15. Malakhov S.V. (1998) The objectivity of methods of assessing the level of agility of athletes who represent playing sports: Acquis. works / Under. ed. Skomorokhova E., M.: 118 p.

16. Максимик В.К. Совершенствование координационных способностей юных футболистов. Волгоград: ВГАФК, 2002. 51 с.
17. Николаенко В.В. Рациональная система многолетней подготовки футболистов к достижению высшего спортивного мастерства: [монография]. К., 2014. 336 с.
18. 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. Вінниця: ТОВ «Планер», 2017. Випуск №3 (22). С.371-377.
19. Овчаренко С.В., Матяш В.В., Яковенко А.В. Засоби та методи розвитку фізичних якостей футболістів у річному циклі підготовки. Методичні рекомендації. Дніпро: ПДАФКіС, 2019. 37 с.
20. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник [для тренеров]: в 2 кн. К.: Олимпийская литература, 2015. Кн. 1. 680 с.
21. Семенов Г.П. Методи вимірювання спритності. В кн.: Проблеми комплексного контролю у спорті. М.: СААМ, 1995. 128 с.
22. Теоретико-методичні основи управління процесом підготовки спортсменів різної кваліфікації: колективна монографія / за заг. ред. В.М. Костюкевича. Вінниця: ТОВ "Планер", 2018. 418 с.
23. Толстоухов Я.Ф. Развитие координационных способностей у детей среднего школьного возраста, занимающихся мини-футболом. Физическое воспитание и детско-юношеский спорт. 2017. № 2. С. 30-33.
24. Шамардин В.Н. Технология подготовки футбольной команды высшей квалификации: [монография]. Днепропетровск, 2012. 351 с.
25. Шамардин В.Н. Динамика модельных характеристик физической подготовленности футбольной команды высшей квалификации на различных этапах годового макроцикла. Педагогичні науки, фізичне виховання та спорт. Чернігів, 2012. Випуск 98. Том 4. С. 232-234.
16. Maksimik V.K. (2002) Improving the coordination abilities of young football players. Volgograd: VGAFK. 51p.
17. Nikolaenko V.V. (2014) A rational system of long-term training of football players for the achievement of a higher sporting skill: [monographiya]. K. 336 p.
18. Ovcharenko S.V., Mitova O.O. (2017) Problems of football control in connection with the current trends in its development. Fizychna kultura sport ta zdorovya natsiyi: zbirnik naukovikh prats. Vinnitskyi derzhavnyi pedagogichniy universitet im. M.Kotsyubynskogo, Zhytomirskyi derzhavnyi universitet imeni Ivana Franka. Vinnitsya: TOV «Planer». Vypusk 3 (22). P.371-377.
19. Ovcharenko S.V., Matyash V.V., Yakovenko A.V. (2019) Means and methods of development of physical qualities of football players in the annual training cycle. Guidelines. Dnipro: PTAFKIS. 37 p.
20. Platonov V.N. (2015) The system of training athletes in Olympic sports. General theory and its practical applications: a textbook [for trainers]: in 2 books. K.: Olympic literature, Book. 1. 680 p.
21. Semenov G.P. (1995) Methods of measuring agility. In book: Problems of complex control in sport. M.: SAAM. 128 p.
22. Theoretical and methodological foundations of the management of the process of training athletes of different qualifications: a collective monograph (2018) / for the total. ed. V.M. Kostyukevich. Vinnitsya: Planner LLC. 418 p.
23. Tolstouhov Ya.F. (2017) Development of coordination abilities in children of secondary school age engaged in futsal. Fizicheskoe vospitanie i detsko-yunosheskiy sport. № 2. S. 30-33.
24. Shamardin V.N. (2012) Technology of training a football team of the highest qualification: [monografiya]. Dnepropetrovsk. 351 s.
25. Shamardin V.N. (2012) Dynamics of model characteristics of physical fitness of a football team of the highest qualification at different stages of the annual macrocycle. Pedagogichni nauky, fizychnye vykhovannya ta sport. Chernigiv. Vypusk 98. Tom. P. 232-234.

Овчаренко Сергій Валентинович

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент

ORSID: 0000-0003-4345-4021 E-mail: Sergey_dnepr2008@ukr.net;

тел. +380677846877

Соловей Дмитро Олександрович

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, кандидат наук з фізичного виховання та спорту,

ORCID: 0000-0001-8105-2061 E-mail: 1Soloveydmityy@gmail.com;
тел. +380680976339

Матяш Вадим Володимирович

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, кандидат наук з фізичного виховання та спорту,

E-mail: dakftol@gmail.com ; тел. +380674994558