

УДК: 796.322.012.5-055.2-057.875

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.1256234>**ЄВГЕНІЯ ШАПОВАЛ**ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3668-0875>

(Полтава)

ЕФЕКТИВНІСТЬ ВОЛОДІННЯ ТЕХНІЧНОЮ МАЙСТЕРНІСТЮ У ФУТЗАЛІ ЖІНОЧИХ СТУДЕНТСЬКИХ КОМАНД ТА КОМАНД ВИЩОЇ ЛІГИ

Анотація: у статті розглянуто ефективність володіння технічною майстерністю у футзалі жіночих студентських команд та команд вищої ліги. Наголошено на чіткому кількісному вираженні значущості найважливіших складових спортивної майстерності у футзалі.

Ключові слова: футзал, техніка, технічна майстерність, критерії, методи, команда.

Постановка проблеми. Сьогодні футзал розвивається стрімкими темпами, пред'являючи до технічної підготовленості гравців все більш високі вимоги. Природно, щоб успішно діяти проти сильних суперників, домагатися високих спортивних результатів гравцям необхідно володіння всім арсеналом технічних прийомів, а також надійно і своєчасно застосовувати їх в різних умовах.

До питань як чоловічого, так і жіночого студентського спорту та спорту вищих досягнень в нашій країні стали приділяти багато уваги [3, 6, 7]. Однак, більшість наукових праць не повністю розкривають важливість студентського спорту в загальній системі підготовки кваліфікованих спортсменів. Тому **метою цієї статті** є розкриття студентського спорту в загальній системі підготовки.

Виклад основного матеріалу дослідження. Аналіз ігор студентських команд та команд Вищої та першої ліги свідчить, що для кращих гравців характерний універсалізм технічної майстерності, що виявляється в умінні в рівній мірі володіти на високому рівні широким арсеналом технічних прийомів як в атаці так і в обороні. Але виступ команд країни на міжнародній арені все ще свідчить про певний відставанні наших футзалісток від провідних зарубіжних гравців в рівні технічної підготовленості [2, 3, 6].

У зв'язку з цим особливого значення в системі багаторічної спортивної підготовки футзалісток набуває постійне вдосконалення технічної майстерності в рамках технічної підготовки.

Навчання основам техніки і технічне вдосконалення повинно здійснюватися постійно як в процесі спеціальної технічної підготовки, так і в ході загальної технічної підготовки.

Під технікою в футзалі розуміємо сукупність спеціальних прийомів, застосовуваних футзалістками для досягнення поставленої мети. У свою чергу під технічною майстерністю слід розуміти ступінь оволодіння спортсменами системою рухів (спеціальними прийомами), що дозволяє досягнення максимальних результатів [1, 4, 6, 7].

У найзагальнішому сенсі під технікою розуміють систему рухів, дій і прийомів спортсмена, найбільш доцільно пристосовану для вирішення основного спортивного завдання з найменшою витратою сил і енергії відповідно до його індивідуальними особливостями.

Спортивну техніку в різних видах спорту прийнято оцінювати за допомогою ряду показників (стабільність, стійкість, надійність, ефективність і ін.). Кількісні оцінки цих показників і можуть становити основу модельних характеристик технічної підготовленості спортсменів.

Що ж стосується контролю за технічною підготовленістю або за технічною майстерністю, зокрема у футзалі, він полягає в оцінці того, що вміє робити спортсмен і як він виконує освоєння руху (рис.1).



Рис.1. Критерії технічної майстерності

З вищенаведеного визначення видно, що головним моментом, що характеризує спортивну техніку, є те, що вона являє собою єдину систему раціональних цілеспрямованих рухів.

Об'єм технічної підготовленості визначається числом технічних дій, які вміє виконувати або виконує спортсмен. В цьому випадку техніку зазвичай оцінюють за фактом виконання (виконав – не виконав, вміє – не вміє).

Різноманітність технічної підготовленості: характеризується ступенем різноманітності рухових дій, якими володіє спортсмен або які він застосовує на змаганнях. Відповідно і тут виділяють загальну або змагальну різноманітність.

Важливою стороною технічної майстерності є ефективність технічної підготовленості. Ефективністю володіння спортивною технікою (або ефективністю техніки) того чи іншого спортсмена називається ступінь близькості її до найбільш раціонального варіанту. Залежно від того, як визначається раціональна техніка, розрізняють три групи показників її ефективності:

- ✓ абсолютна ефективність. Показники абсолютної ефективності характеризують близькість до зразка, в якості якого вибирається найбільш раціональний варіант техніки, певний на основі біомеханічних, фізіологічних, психологічних, естетичних міркувань. У найпростішому випадку мірою ефективності техніки може з'явитися показаний спортсменом результат. У футзалі це забитий в ворота суперника м'яч, використаний фінт, націлена передача м'яча партнеру, точний удар по воротах суперника.

Однак, на жаль, в більшості випадків спортивний результат не є переконливим показником ефективності техніки, так як крім техніки він залежить ще від інших факторів, зокрема від розвитку рухових якостей. В цілому ж міра абсолютної ефективності визначається на основі біохімічних і психологічних критеріїв;

- ✓ порівняльна ефективність – це ступінь відмінності техніки виконання футзалісткою ігрового прийому від зразка. У сучасному спорті ймовірність значних помилок в техніці у кращих спортсменів світу з кожним роком зменшується. Тому в більшості випадків показниками порівняльної ефективності можна користуватися, особливо якщо всі найсильніші спортсмени застосовують один і той же варіант техніки.

Для визначення дискримінативних ознак використовують один з двох дослідницьких підходів: а) порівнюють показники техніки спортсменів високої і низької кваліфікації; б) розраховують коефіцієнти кореляції і рівняння регресії між спортивним результатом, з одного боку, і показником техніки з іншого. Для довідки, дискримінативність [5] – це здатність окремих завдань тесту і тесту в цілому диференціювати обстежуваних відносно максимального і мінімального результатів тесту. Дискримінативність вимірюється показником дельта Фергюсона і набуває максимального значення при рівномірному (прямокутному) розподілі показників, у яких якнайповніше реалізовані усі можливі прояви вимірюваної властивості;

- ✓ реалізаційна ефективність (ефективність реалізації) оцінюється за різницею між можливим результатом і реальним. При такому підході спираються на існування зв'язків між трьома показниками: спортивним результатом, рівнем розвитку рухових якостей, ефективністю техніки.

У футзалі при побудові технічної підготовки рекомендується враховувати той фактор, що велика різноманітність технічних прийомів проявляється в тісному взаємозв'язку з фізичними якостями і тактичними навичками в умовах контактного єдиноборства з суперниками [1, 3, 4].

Автоматизм техніки – це навичка раціонального виконання ігрового прийому без концентрації свідомості на цей процес. При цьому свідомість перемикається на рішення інших завдань, в тому числі і тактичних.

У футзалі відмінною рисою навчання займаються технічним прийомом є забезпечення їх варіативності, тобто рухливості рухової навички в зв'язку зі змінною інтенсивністю ігрової діяльності, часто мінливою ситуацією, численними єдиноборствами на всіх ділянках ігрового поля [1, 6, 7 та інші].

Головними методами навчання і вдосконалення технічної майстерності в жіночому футзалі є: словесні, демонстрації (наочності), вправи ігровий і змагальної діяльності. У жіночих студентських командах і командах вищої ліги ключовим є метод наочності, який включає натуральний

показ технічного прийому тренером, кращим гравцем, демонстрація наочних посібників: малюнки, навчальні фільми, відеоматеріали. Ця методика дозволяє футзалісткою в звичайному і уповільненому відтворенні сприймати технічний прийом, отримати термінову інформацію про окремі їх параметрах з допомоги стоп-кадрів[1, 4, 7 та інші].

Висновки. Можемо сказати, що технічна підготовка як найбільш важлива складова системи тренування навіть з футзалісткою високого класу повинна здійснюватися цілий рік. В технічній підготовці студентських команд і команд вищої ліги в нашій країні має бути переглянутий основний підхід до навчально-тренувального процесу – від загально-командної форми роботи до індивідуально-групової з диференціацією завдань та тренувальних впливів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Андреев С. Н. Техника дриблинга и финтов в мини-футболе (футзале): учебное пособие / С. Н. Андреев, Сирило Кардозо; под общ.ред. С. Н. Андреева. – М.: Спорт, 2016. – 240 с.
2. Алиев Э. Г. Мини-футбол (футзал): учебник для студентов высших учебных заведений / Э. Г. Алиев, С. Н. Андреев, В. П. Губа. М.: Советский спорт, 2012. – 554 с.
3. Балан Б. А. Особенности подготовки студенческих сборных команд по футболу к краткосрочным соревнованиям / Б. А. Балан, Г. В. Лунин // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. – 2012. – №1. – С. 13-16.
4. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту). Навчальний посібник / В. М. Костюкевич. – Вінниця : Планер, 2014. – 616 с.
5. Кірсанов В. В. Психолого-педагогічна діагностика: Підручник / В. В. Кірсанов. – К. : «Альтер-прес», 2002. – 335 с.
6. Шаповал Є. Ю. Планування навчально-тренувального процесу жіночої футзальної команди вищої ліги / Є. Ю. Шаповал // Витоки педагогічної майстерності: зб. наук. праць Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка. – Полтава, 2017. Випуск 19. – С. 370–375. – (Серія «Педагогічні науки»).
7. Шаповал Э. Ю. Обоснование функций управления и регуляции физическими возможностями и техническим мастерством спортсменов в футзале / Э. Ю. Шаповал, С. Н. Новик; научный журнал: Спортивные игры. – Х.: Харьковская государственная академия физической культуры: №1 (7), 2018. – С. 71-81

REFERENCES

1. Andreev S. N. Tekhnyka dryblynha y fyntov v myny-futbole (futzale): uchebnoe posobyie / S.N. Andreev, Syrylo Kardozo; pod obshch.red. S. N. Andreeva. – M.: Sport, 2016. – 240 s.
2. Alyev Э. Н. Мyny-futbol (futzal): uchebnyk dlia studentov vysshnykh uchebnykh zavedenyi / Э. Н. Alyev, S. N. Andreev, V. P. Huba. M.: Sovetskiyi sport, 2012. – 554 s.
3. Balan B. A. Osobennosti podhotovky studencheskykh sbornykh komand po futzalu k kratkosrochnym sorevnovaniyam / B. A. Balan, H. V. Lunyn // Pedahohyka, psykhohohyia y medyko-byolohycheskye problemy fyzycheskoho vospytanyia y sporta. – 2012. – №1. – S. 13-16.
4. Kostiukevych V. M. Teoriia i metodyka sportyvnoi pidhotovky (na prykladi komandnykh ihrovyykh vydiv sportu). Navchalnyi posibnyk / V. M. Kostiukevych. – Vinnytsia : Planer, 2014. – 616 s.
5. Kirsanov V. V. Psykholoho-pedahohichna diahnostyka: Pidruchnyk / V. V. Kirsanov. – K. : «Alterpres», 2002. – 335 s.
6. Shapoval Ye. Yu. Planuvannia navchalno-trenuvalnoho protsesu zhinochoi futzalnoi komandy vyshchoi lihy / Ye. Yu. Shapoval // Vytoky pedahohichnoi maisternosti: zb. nauk. prats Poltavskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni V. H. Korolenka. – Poltava, 2017. Vypusk 19. – S. 370–375. – (Seriia «Pedahohichni nauky»).
7. Shapoval Ye. Yu. Obosnovanie funktsiy upravleniya i regulyatsii fizicheskimi vozmozhnostyami i tehniceskim masterstvom sportsmenok v futzale / Ye. Yu. Shapoval, S. N. Novik; nauchnyiy zhurnal: Sportivnyie igryi. – H.: Harkovskaya gosudarstvennaya akademiya fizicheskoy kulturyi: #1 (7), 2018. – S. 71-81.

EUGENYA SHAPOVAL

EFFICIENCY OF VOLODYNYA TECHNICAL MASTERNISM IN FUTZALA OF WOMEN STUDENT TEAMS AND TEAM OF HIGH LEAGUE

The article considers the effectiveness of possession of technical skills in the futsal of women's student teams and teams of the highest league. It is emphasized on the clear quantitative expression of the importance of the most important components of sporting skill in futsal. Analysis of the games of student teams and teams of the High and First League, shows that for the best players is characterized by universalism of technical skill, which manifests itself in the ability to equally possess a high level of a wide arsenal of technical techniques in both attack and defense.

Under technical skill it is necessary to understand the degree of mastery of athletes by the system of movements (special techniques), which allows achieving maximum results. In futsal during the construction of technical training it is recommended to take into account the fact that a large variety of technical techniques manifests itself in close relationship with physical qualities and tactical skills in terms of contact martial arts with rivals. The main methods of training and improving technical skills in feminine futsal are: verbal, demonstrations (visualizations), exercises of the game and competitive activities. In women's student teams and teams of the higher league, the key is the method of visibility, which includes the natural display of technical reception by the trainer, the best player, demonstration of visual aids: drawings, educational films, video materials.

Keywords: *futsal, technique, technical skill, criteria, methods, team.*

Одержано 23.01.2018р.