

ХАРАКТЕРИСТИКА РОЗВИТКУ ПІДЛІТКІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ФУТБОЛОМ

Кучеренко В. М.

Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка

Науковий керівник: к.н. з ф.в. і с., доц. **Синиця С. В.**

Розвиток підлітків, які займаються футболом, дещо відрізняється від розвитку тих самих дітей, які займаються іншими видами спорту, чи не займаються спортом взагалі.

Вікові особливості молодших школярів (10-12 років) потребують дуже уважного вивчення. Діти у цьому віці мають нижчий рівень розвитку найважливіших психофізіологічних функцій, ніж підлітків. У них відзначаються великі величини латентного періоду складних рухових . Наявна недостатня точність реакції на об'єкт, що рухається, допускаються суттєві помилки, викликані передчасним або запізнаним реагуванням. Дітям складно засвоїти важкі технічні прийоми і тому вони повинні засвоювати обмежену кількість основних технічних елементів за допомогою доступних вправ [2].

Відносно рівномірний розвиток дитини до 10-річного віку змінюється періодом, що характеризується значними фізіологічними зрушеннями в організмі, а також змінами у стані психічних процесів. У віці 10-13 років в організмі відбувається дуже інтенсивна перебудова функцій залоз внутрішньої секреції, йде бурхливе зростання тіла в довжину, відзначається швидке зростання серця, легеневої та м'язової тканини.

Мета – дослідити характеристики розвитку юнаків підліткового віку, які займаються у спортивних секціях.

За даними В. І. Антонік [1], період до 13-14 років є етапом активного вдосконалення рухових функцій та м'язової системи. У підлітковому віці спостерігаються високі темпи приросту м'язової маси. Зі збільшенням м'язової маси зростає й сила. Максимальний приріст сили спостерігається у хлопчиків до 13-14 років [1].

Формування психофізіологічних функцій, переважно, завершується до 13-14 років. За даними Т. Ю. Круцевич, з 7 до 14 років відбувається розвиток функцій рухового аналізатора, який до 13-14 років досягає високого рівня, а далі зупиняється [3].

Організм дитини відрізняється від організму дорослого вираженими особливостями будови та функцій органів. Головна відмінність полягає в тому, що організм дитини на відміну від організму дорослого знаходиться в стані безперервного зростання та розвитку. Ранній підлітковий період у хлопчиків – відповідно у віці між 10, 5 та 15 роками, та продовжується протягом 6-24 місяців. Середній підлітковий період у дівчаток починається у віці 11-14 років і

продовжується, в середньому, 2-3 роки; у хлопчиків – відповідно у віці 12-15,5 років, і продовжується в протязом 6-36 місяців [2].

Аналіз динаміки абсолютних та відносних приростів показав, що у віковому діапазоні 11-16 років крива зростання довжини тіла у школярів носить двопіковий характер (12-13 років – 8,03 см; 14-15 років – 7,56 см).

Криві зростання маси тіла та обхвату грудної клітки у хлопчиків-школярів так само, як і довжина тіла, мають два піки у вікові періоди 12-13 та 15-16 років, причому максимальні прирости цих показників спостерігаються у 15-16 років [2]. Інтенсивні темпи приросту маси тіла разом із довжиною тіла, починаючи з 150 см, свідчать про настання – періоду інтенсивного статевого дозрівання.

Дослідження Т. Ю. Круцевич, що проводилися з хлопчиками одного хронологічного віку – 13 років (87 піддослідних), показали неоднорідність групи за біологічним віком та можливості використання показників довжини та маси тіла як характеристики темпів фізичного розвитку, що підтверджує дані дослідників [3]. Тому, можливо, використовувати базові антропометричні характеристики як основу для створення прогнозних моделей фізичного розвитку школяра [3].

У літературі з теорії та методики спортивного тренування для виявлення та розвитку спортивного таланту використовується поняття «спортивних здібностей» [1; 2; 3].

Т. Ю. Круцевич характеризує спортивні здібності як сукупність різноманітних (морфофункціональних, психологічних та ін.) особливостей людини, з якими пов'язані можливості досягнення високих результатів у конкретних видах спорту [3].

Таким чином, здібності не можуть бути ні вродженими, ні генетичними утвореннями. Вони – продукт розвитку. Вродженими факторами, що у основі розвитку здібностей, є задатки. Задатки визначаються як анатомо-фізіологічні особливості мозку, нервової системи.

Список використаних джерел:

1. Антонік В. І. Антонік І. П., Андріанков В. Є. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури: навч. посібн. К. : Видавничий дім «Професіонал», Центр учбової літератури, 2009. 336 с.
2. Корсак О. М. Лемак О. Й., Султанова І. Д., Іванишин І. М. Функціональний стан і фізична підготовленість учнів ліцею з посиленою фізичною підготовкою з різним рівнем біологічного розвитку. *Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура*. 2020. № 36. С. 26–38.
3. Круцевич Т. Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навчальний посібник. Київ : Олімпійська література, 2011. 224 с.