

шкідливими звичками, вони створюють умови для пізнання власних можливостей [4]. Заняття настільним тенісом не лише поліпшують спортивну форму, але й допомагають поліпшити фізичний та психологічний стан студентів, адже навчаючись дистанційно, вони ведуть малорухливий спосіб життя. В умовах Online занять можна знайти безліч альтернативних форм, які будуть ефективні. З виконанням простих вправ зникають 50% проблем, які інколи виникають та турбують студентів [1]. Організуючи заняття з настільного тенісу необхідно пропонувати студентам цікаві практичні завдання, використовувати нестандартне обладнання для занять в домашніх умовах, яке доступне всім студентам. Під час виконання вправ для загальної фізичної підготовки звернути увагу, щоб фізичні вправи виконувались лише за умови гарного самопочуття, також необхідно забезпечити зворотній зв'язок зі студентами.

**Рекомендації.** Отже, організуючи факультативні заняття з настільного тенісу необхідно чітко розподілити навантаження, контролювати виконання завдань студентами та вмотивувати студентів до занять у домашніх умовах. Адже, якщо вихованці матимуть гарну фізичну та моральну форму після дистанційного навчання, то увійти у звичайний режим буде значно простіше.

#### Література

1. Баштовенко О., Станєва С. Проблеми організації дистанційного навчання з фізичної культури в закладах освіти. Науковий вісник Ізмаїльського державного гуманітарного університету, 2021. С. 9–22.
2. Дикий О. Ю. Сучасні підходи до організації фізичного виховання школярів. 2019. - № 1. – С. 24–28.
3. Малахова Жанна Організація фізичного виховання під час дистанційного навчання у закладах вищої освіти. Спортивний вісник Придніпров'я. 2022. № 1. С. 49–59.
4. Согоконь О. А., Донець О. В., Гогоць В. Д.; Полтав. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка Фізичне виховання – дистанційна форма навчання : навч.-метод. посіб. – Полтава : Сімон, 2021. 256 с.

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ПОЧАТКОВОГО НАВЧАННЯ У ПІДГОТОВЦІ ФУТБОЛЬНОГО РЕЗЕРВУ

**Панчук Андрій**

*Вінницький державний педагогічний університет  
імені Михайла Коцюбинського*

**Постановка проблеми.** Проблема підготовки спортивного резерву у футболі торкається широкого кола організаційних, методичних та наукових

питань, що тісно пов'язані з подальшими спортивними результатами на рівні клубних та збірних команд. В даний час відчувається дефіцит кваліфікованих футболістів, що свідчить про деяке зниження ефективності роботи системи підготовки спортивного резерву та якості професійної майстерності тренерів, які працюють з групами початкової підготовки [2].

**Обговорення.** Підвищення рівня майстерності футболістів перебуває у прямій залежності від методично обґрунтованого планування та реалізації головних завдань у дитячому та юнацькому футболі. У старшому віці та в командах майстрів складніше виправляти недоліки у техніко-тактичній підготовленості гравців, тому, що чим ефективніший процес навчання дітей, підлітків і юнаків, тим ймовірніше досягнення високих результатів [3].

У процесі освоєння техніко-тактичних дій юний футболіст повинен вирішувати рухові завдання переважно в ігрових умовах, у поєднанні з розвитком орієнтування, фізичних якостей та в умовах взаємодії з партнерами та протидії супернику [2, 5].

Першочерговими завданнями на етапі початкової підготовки є формування стійкої мотивації до занять футболом, навчання рухливих ігор та основних техніко-тактичних прийомів, досягнення позитивної динаміки показників фізичного розвитку та фізичних якостей дітей [4].

У роботі з юними футболістами груп початкової підготовки слід неухильно та систематично застосовувати доступні засоби ігрового змісту, використовувати індивідуальний підхід та, що особливо важливо, об'єктивно оцінювати досягнення тих, хто займається [1].

Організаційні завдання пов'язані з завданнями навчання і включають на цьому етапі комплектування навчальних груп; оволодіння вмінням грати у рухливі ігри, міні-футбол; змагання у вправах із м'ячем; участь у естафетах; освоєння основних техніко-тактичних процесів. Усе це дозволяє підвищити рівень як техніко-тактичної, ігрової, і фізичної підготовленості хлопців, і навіть їх функціональні можливості.

**Рекомендації.** Ефективність навчання футболістів у групах початкової підготовки залежить від співвідношення ігрових засобів та послідовності їх застосування у різних частинах навчально-тренувального заняття.

### Література

1. Гордієнко, П.Ю. Спортивно-технічна підготовка юних футболістів. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки*, (4(327) Ч.1), 156-165.
2. Дулібський, А.В. Моделювання як ефективний метод підготовки юнацьких команд з футболу. *Молода спортивна наука України*. Львів: ЛДІФК, 1999. Випуск 3. С. 298-304.
3. Наконечний, Р.Б. Порівняння підготовки футболістів в державних та приватних спортивних організаціях України. *Спортивні ігри*. 2019. № 4(14). С. 58-68

4. Шаленко, В.В. Формування рухових якостей та технічної підготовленості школярів протягом безперервної футбольної підготовки. [автореферат]. Харків, Україна. 2005. 21 с.

5. Stuła, A. Influence of various Forms of speed manifestations on Young Footballers' Performance. Acta Facultatis exercitationis corporis universitatis Presoviensis. *Book of Papers Diagnostics In Sport*. Presov, 2009. P. 72-76.

## СПОРТИВНІ ІГРИ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ УЧНІВ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ

Потутаровська Юлія, Добржанська Наталія, Глухенька Валерія,  
Турика Віталій

*Вінницький державний педагогічний університет  
імені Михайла Коцюбинського*

**Постановка проблеми.** Не дивлячись на те, що в останні роки серед різновидів фізичної активності дітей і підлітків набувають популярності новітні фітнес-технології, що виявляється у впровадженні на уроках фізичної культури таких нових варіативних модулів як аеробіка, степ-аеробіка, аква-аеробіка тощо, традиційні види спортивних ігор не втрачають своєї актуальності. Фахівці відзначають позитивний вплив занять спортивними іграми на стан здоров'я та рівень фізичного розвитку дітей і підлітків [1]. Таким чином, важливо визначити місце спортивних ігор у фізичному вихованні школярів, що й обумовило вибір напрямку нашого дослідження.

**Обговорення.** Волейбол серед інших спортивних ігор фахівці відзначають за відсутність у ньому силової контактної боротьби, на відміну від таких видів спортивних ігор як баскетбол і гандбол. Рухова діяльність у волейболі не передбачає потужних струшувань, що можуть негативно вплинути на зростаючий дитячий організм, натомість містить природні стрибкові, ударні, бігові рухи, що сприятиме формуванню життєвоважливих рухових умінь [2, 5].

Враховуючи популярність футболу в нашій країні, а також його доступність, варіативний модуль «Футбол» широко використовується на уроках фізичної культури в багатьох загальноосвітніх школах. Структуру рухової діяльності гравця в футболі складають різновиди переміщення (ходьба, біг, стрибки, падіння тощо) в поєднанні з техніко-тактичними діями з м'ячем (ведення, зупинки, удари тощо). Таке поєднання сприяє розвитку точності рухів, координації, моторики, що має велике значення для багатьох професій [3, 4].

**Рекомендації.** За результатами опитування було встановлено, що хлопцям найбільше серед усіх видів спорту подобаються саме спортивні ігри,