

- спорту. Спортивна наука та здоров'я людини. 2020; 1(3):4-14. DOI:10.28925/2664-2069.2020.1.1
3. Богуславська В.Ю., Губар І.В., Драчук С.П. Місце концептуальних положень теоретичної підготовки в циклічних видах спорт. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. 2022; 13(32):116-124. DOI: [https://doi.org/10.31652/2071-5285-2022-13\(32\)-116-124](https://doi.org/10.31652/2071-5285-2022-13(32)-116-124)
4. Богуславська В.Ю. Офіційний сайт Богуславської Вікторії Юріївни [Інтернет] 2019 [оновлено 2019 Лис. 23; цитовано 2019 Груд. 2]. Доступно: <http://bohuslavska.com/>
5. Бріскін Ю.А., Пітин М.П., Богуславська В.Ю. Проблеми теоретичної підготовки в спорті. Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. праць. 2016;1:257-261.

ПІДВИЩЕННЯ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ФУТБОЛІСТІВ ГРУП ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ

Бедловський Дмитрій, Сотник Іван

*Вінницький державний педагогічний університет
імені Михайла Коцюбинського*

Анотація. У статті розглядається ефективність застосування обладнання «м'яч на нитці» у тренуваннях, спрямованих на підвищення технічної підготовленості юних футболістів віком 8–9 років. Представлено показники, що характеризують технічну підготовленість футболістів груп початкової підготовки.

Ключові слова: технічна підготовленість, юні футболісти, обладнання «м'яч на нитці».

Bedlovskiy Dmytro, Sotnyk Ivan. Improving the technical skills of youth football players in initial training groups.

Abstract. This article examines the effectiveness of using the "ball on a string" device in training sessions aimed at improving the technical skills of young football players aged 8–9 years. It presents indicators characterizing the technical skills of players in initial training groups.

Keywords: technical skills, young football players, "ball on a string" device.

Актуальність. Футбол – один із найпопулярніших і наймасовіших видів спорту серед дітей. Він допомагає формувати морально-вольові якості, такі як цілеспрямованість і колективізм, дисциплінованість, витримка, а також удосконалювати різні рухові здібності: швидкість і точність рухів, спритність і силу, витривалість [4, 5]. Велика популярність футболу дозволяє широко використовувати гру як ефективний засіб фізичного розвитку і виховання дітей.

Дослідження Мосієнка В. та Дмитренко С. [3] свідчать про те, що

підвищення рівня майстерності футболістів прямо залежить від розвитку дитячого та юнацького футболу. В командах високої кваліфікації важко виправити недоліки в технічній підготовленості футболістів. У зв'язку з цим, чим ефективнішим буде процес навчання техніці в групах початкової підготовки, тим успішнішими будуть виступи в подальшій змагальній діяльності. Формування технічної майстерності – одне з найважливіших завдань всебічної підготовки футболістів. На етапах багаторічного тренування триває безперервний процес навчання й удосконалення техніки володіння м'ячем.

Разом із тим, багато провідних тренерів і спеціалістів, зокрема, Костюкевич В.М. [2], Вознюк Т. та Волошинський В. [1], відзначають недостатній рівень технічної підготовленості випускників ДЮСШ і СДЮШОР з футболу, значне відставання їхньої технічної підготовленості від вимог сучасного футболу. Нині існує протиріччя між необхідністю підвищення рівня технічної підготовленості учнів ДЮСШ та низькою якістю організації навчання техніці футболу. З огляду на це, пошук шляхів удосконалення технічної підготовленості юних футболістів є дуже актуальним завданням.

Метою роботи є вивчення шляхів удосконалення технічної підготовленості юних футболістів.

Методи дослідження. Для вирішення поставлених завдань у роботі використовувалися такі методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел, педагогічне тестування, педагогічний експеримент, методи математичної статистики.

Організація дослідження. Дослідження проводилися на базі Комунального закладу «Вінницька обласна дитячо-юнацька спортивна школа з футболу «Нива» м. Вінниці. У дослідженні взяли участь 42 футболісти (по 21 особі в контрольній та експериментальній групах), віком 8–9 років зі стажем занять футболом 1–2 роки. Було проведено попереднє тестування технічної підготовленості в обох групах. Після цього в експериментальну групу впровадили комплекс технічних вправ із використанням обладнання «м'яч на нитці». З лютого по квітень 2025 року тривав педагогічний експеримент.

Результати дослідження. До початку експерименту було проведено тестування в обох групах для визначення початкового рівня технічної підготовленості. До експерименту різниця між групами була статистично недостовірною ($p > 0,05$). У період експерименту до змісту занять експериментальної групи було впроваджено комплекс технічних вправ із обладнанням «м'яч на нитці».

Комплекс включав 25 вправ із визначеною кількістю повторень і серій. М'яч закріплювався на плечовому поясі футболіста за допомогою мотузки, конструкція обладнання регулювалася залежно від зросту спортсмена. Вправи включали різні удари по м'ячу: внутрішньою стороною стопи, середньою частиною підйому, внутрішньою частиною підйому, зовнішньою частиною підйому, носком, п'яткою. Контрольна група займалася за програмою ДЮСШ.

Після завершення експерименту було проведено повторне тестування. За

всіма тестами відмінності між контрольною й експериментальною групами стали статистично достовірними ($p < 0,05$).

Висновки У результаті впровадження комплексу технічних вправ із обладнанням «м'яч на нитці» у тренувальний процес юних футболістів груп початкової підготовки було виявлено достовірно значущі відмінності, порівняно з контрольною групою. Отже, можна стверджувати про ефективність цього комплексу вправ для підвищення технічної підготовленості юних футболістів 8–9 років.

Список використаних джерел:

1. Вознюк Т., Волошинський В. Ефективність застосування програми удосконалення спеціальних координаційних здібностей у підготовці юних футболістів. Актуальні проблеми фізичного виховання та методики спортивного тренування, 2024. № 1. С. 63-75. <https://vsru.net/apfv/index.php/journal/article/view/5>
2. Костюкевич В. М. Побудова тренувальних занять у футболі: навчальний посібник Вінниця: Планер, 2013.
3. Мосієнко В., Дмитренко С. Вдосконалення фізичної та технічної підготовленостей учнів старшої школи засобами варіативного модуля «Футбол». Особливості викладання дисципліни Фізичне виховання в сучасних умовах . Вінниця : ВДПУ, 2024. Вип. 6. С.50-52.
4. Kutek Tamara, Akhmetov Rustam, Potop Vladimir, Kostiukevych Viktor, Mykula Mykola, Vovchenko Inna, Shaverskyi Victor, Asauliuk Inna, Dmitrenko Svitlana, Nabokov Yuriy, Tolkach Vasiliy Improving the Technology for Managing the Training Process of Qualified Athletes Journal of Physical Education and Sport , 2019. Vol 19 (Supplement issue 6), Art 330 pp 2200 – 2205 Режим доступу: <https://efsupit.ro/images/stories/november2019/Art%20330.pdf>
5. Shchepotina Natalia, Kostiukevych Viktor, Asauliuk Inna, Stasiuk Vadym, Vozniuk Tetiana, Dmytrenko Svitlana, Adamchuk Vadym. Management of training process of team sports athletes during the competition period on the basis of the programming (football-based)" Theory and method of physical education, 2019. 21(2). P. 142-151. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2021.2.07>

**СУЧАСНІ ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ ЯК ЗАСІБ
ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ НАВЧАННЯ
ТЕХНІЧНИМ ПРИЙОМАМ У ФУТБОЛІ**

Боднарчук Вадим

*Вінницький державний педагогічний університет
імені Михайла Коцюбинського*

Анотація. Дослідження присвячене аналізу використання сучасних інноваційних технологій у навчанні технічним прийомам у футболі.

Розглядаються можливості відеоаналізу, віртуальної реальності, штучного інтелекту й інших технологій для підвищення ефективності тренувального процесу. Метою є визначення впливу цих технологій на розвиток технічних навичок і покращення результатів футболістів.

Ключові слова: інноваційні технології, футбол, технічні прийоми, відеоаналіз, штучний інтелект.

Bodnarchuk Vadym. Modern innovative technologies as a means of improving the effectiveness of teaching technical skills in football.

Abstract. The study is devoted to the analysis of the use of modern innovative technologies in teaching technical skills in football. The possibilities of video analysis, virtual reality, artificial intelligence and other technologies for improving the effectiveness of the training process are considered. The aim is to determine the impact of these technologies on the development of technical skills and the improvement of footballers' results.

Keywords: innovative technologies, football, technical skills, video analysis, artificial intelligence.

Актуальність проблеми. Сучасний футбол вимагає високого рівня технічної підготовленості гравців, а традиційні методи навчання не завжди здатні забезпечити швидкий та ефективний розвиток технічних навичок. Зростання вимог до гравців і постійне вдосконалення тактики гри потребують використання новітніх технологій для підвищення результативності тренувань. Водночас, недостатнє впровадження інноваційних технологій у тренувальний процес може призвести до зниження конкурентоспроможності футболістів на міжнародній арені. Таким чином, важливо досліджувати можливості інтеграції таких технологій як відеоаналіз, віртуальна реальність і штучний інтелект для покращення навчання технічним прийомам у футболі.

Метою дослідження є аналіз використання сучасних інноваційних технологій у навчанні технічним прийомам у футболі для підвищення результативності тренувань.

Для досягнення поставленої мети використовуватимуться такі **методи дослідження:** теоретичні методи, зокрема, аналіз літератури, синтез існуючих підходів і порівняльний аналіз застосування інноваційних технологій у спортивній практиці.

Результати дослідження. Футбол як один із найпопулярніших видів спорту в світі постійно розвивається й удосконалюється. Завдяки цьому в тренуваннях і навчанні гравців з'являються нові технології, що значно підвищують ефективність освоєння технічних прийомів. Інновації у сфері спорту не лише сприяють розвитку тактики та стратегії гри, а й дозволяють покращити фізичну підготовленість гравців, а також точність виконання технічних елементів, таких як паси, удари, ведення м'яча тощо. На рис. 1 показано види сучасних технологій.



Рис.1. Види сучасних технологій у навчанні технічним прийомам у футболі (складено автором за даними [2, с. 118])

Однією з основних інноваційних технологій, що знаходять своє застосування у тренуваннях футболістів, є відеоаналіз. Завдяки спеціальному програмному забезпеченню тренери мають можливість детально вивчати кожен рух гравця, його позицію на полі, виконання технічних прийомів і взаємодію з іншими гравцями. Такі програми дозволяють записувати тренування, проводити аналіз помилок і вдосконалювати техніку виконання кожного елементу гри. Наприклад, за допомогою відеоаналізу тренери можуть розглядати правильність виконання удару, пасу або дриблінгу, виявляти слабкі місця в технічній підготовці та надавати рекомендації для їх виправлення. Це дозволяє значно скоротити час, необхідний для освоєння технічних прийомів, а також підвищити ефективність тренувального процесу.

Використання систем відстеження рухів, таких як система Vicon або OptoTrak, а також біомеханічних датчиків, дозволяє вивчати рухи футболістів із максимальною точністю. Це особливо корисно при вивченні таких складних технічних елементів як удар по м'ячу або зміна напрямку під час дриблінгу [3, с. 69]. Ці технології дають змогу не лише записувати рухи гравців, а й аналізувати їхній стиль, силу та точність удару, швидкість виконання прийомів та інші важливі параметри. На основі отриманих даних можна підготувати індивідуальні програми для кожного футболіста, спрямовані на покращення його технічних навичок.

Віртуальна та доповнена реальність відкривають нові можливості для тренувань футболістів. Технології VR та AR дозволяють створювати ситуації, близькі до реальних матчів, у яких гравці можуть тренувати свої реакції, приймати швидкі тактичні рішення і покращувати технічні навички без необхідності перебувати на полі. Наприклад, за допомогою VR-систем гравці можуть тренувати удари по воротах, дриблінг у швидких змінах напрямку або навіть тактичне позиціонування під час гри. Водночас, система AR дозволяє інтегрувати реальні об'єкти з віртуальними елементами, що створює нові можливості для тренувальних вправ, таких як візуальні підказки щодо

оптимальних варіантів передач або руху м'яча [1, с. 81].

Сучасні мобільні додатки також займають важливе місце в навчанні технічним прийомам у футболі. Вони дозволяють футболістам тренуватися самостійно, де б вони не знаходилися. Від простих вправ до складних технічних завдань – мобільні програми надають можливість персоналізовані тренування з використанням відео, інструкцій та інтерактивних підказок.

Сучасні тренажери також вбудовують технології для відстеження прогресу гравця. Вони можуть вимірювати силу удару, швидкість м'яча, точність передач та інші параметри, що дозволяє футболістам постійно вдосконалювати свої навички на основі отриманих даних.

Штучний інтелект (ШІ) відіграє все більшу роль у спорті, зокрема, у футболі. Використання ШІ дозволяє автоматично аналізувати великі обсяги даних, що збираються під час тренувань або матчів. Наприклад, ШІ може передбачити рухи гравців, оцінити їхню техніку та реакцію в реальному часі, а також запропонувати тренеру рекомендації щодо оптимальних тренувальних програм. ШІ також може створювати персоналізовані плани тренувань для кожного гравця, враховуючи його індивідуальні особливості та потреби в удосконаленні техніки.

Висновки. Сучасні інноваційні технології відіграють важливу роль у підвищенні ефективності навчання технічним прийомам у футболі. Відеоаналіз, системи відстеження рухів, віртуальна реальність, мобільні додатки та штучний інтелект дозволяють гравцям і тренерам швидше виявляти помилки, коригувати техніку та працювати над удосконаленням своїх навичок. Ці технології відкривають нові можливості для більш точного й інтенсивного тренування, а також підвищують конкурентоспроможність гравців на високому рівні. У майбутньому їх використання буде лише зростати, що сприятиме ще більшому вдосконаленню футболістів по всьому світу.

Перспективи подальших досліджень полягають у розвитку інтеграції інноваційних технологій, таких як штучний інтелект і віртуальна реальність, для створення персоналізованих тренувальних програм, що максимально ефективно адаптуються до індивідуальних потреб кожного футболіста.

Список використаних джерел:

1. Дорошенко І., Сватєєв А., Соболев Е. Сучасні підходи до аналізу змагальної діяльності футболістів із застосуванням інноваційних технологій. Спортивна наука та здоров'я людини. 2023. № 2. С. 76-87.
2. Петренко Ю., Петренко Ю. Використання сучасних інноваційних технологій у футболі. Науково-методичні основи використання інформаційних технологій в галузі фізичної культури та спорту. 2023. № 7. С. 115-122.
3. Ярмошук О., Василюк В., Мельник О. Інноваційні підходи та перспективи аналізу тактичних стратегій у футболі. Природнича освіта та наука. 2024. № 6. С. 64-72.