

ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ ЗАНЯТЬ З ФУТБОЛУ НА ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ

У період реформування системи освіти України фізична підготовка є однією із важливих складових навчально-виховного процесу вищих навчальних закладів. Вона виховує у студентської молоді основи здорового способу життя та сприяє успішній професійній акліматизації. Фізичний розвиток – це процес становлення і змін біологічних форм і функцій організму людини. Він залежить від природних життєвих сил організму та його будови. Фізичний розвиток оцінюється рівнем розвитку фізичних якостей, антропометричними і динамометричними показниками, формування постави.

Фізичне виховання – педагогічний процес, спрямований на фізичний розвиток, функціональне удосконалення організму, навчання основним життєво важливим руховим навичкам, вмінням і зв'язаних із ними знаннями для успішної наступної професійної діяльності. Питання вдосконалення змісту, форм і методів фізичної підготовки у ЗВО на даному етапі залишається актуальним.

Ігрові види спорту для молодого організму людини є цілим комплексом удосконалення фізичного стану та рухової активності молоді. Одним із популярних видів фізичної активності як серед студентів, так і загалом серед молоді є футбол. Футбол, як засіб розвитку фізичних якостей та здібностей широко застосовуються у ЗВО. Він є невід'ємною частиною навчальних програм із фізичного виховання в освітніх закладах. Через небажання молодого покоління системно займатися фізичною культурою – зменшується рухливість та погіршується їх фізичне здоров'я. А футбол, як засіб фізичного виховання має вагомий вплив на формування особистості студентів у вищих навчальних закладах.

Велика кількість наукових праць та досліджень присвячено саме використанню та впровадженню засобів футболу на заняттях фізичної підготовки у вищих навчальних закладах. В Україні серед багаточисленних видів спорту, які розвиваються у системі фізичної підготовки, футбол посідає одне з провідних місць. Важко назвати іншу гру, яка могла б змагатися з ним у популярності. Футбол – командний вид спорту, в якому метою є забити м'яч у ворота суперника ногами або іншими частинами тіла (крім рук) більшу кількість разів, ніж команда суперника. В даний час це найпопулярніший і наймасовіший вид спорту в світі.

Студентська молодь байдуже та без ентузіазму ставиться до занять фізичної підготовки у ЗВО. Дана проблема засвідчує потребу розробки нових науково обґрунтованих шляхів удосконалення організації фізичного

виховання у вищих навчальних закладах. У вищих навчальних закладах обов'язкові заняття фізичної підготовки, які проходять двічі на тиждень забезпечують системність та регулярність рухової активності студентів. Нажаль, відповідна кількість занять навіть при максимально оптимальних параметрах не надає змоги досягати необхідного оздоровчого ефекту, що зумовлює потребу в додатковій руховій активності у поза навчальний час.

На підґрунті розроблених модельних характеристик різних рівнів фізичного здоров'я студентів запропоновано диференційований підхід до розподілу їх на групи для занять фізичним вихованням; обґрунтовано концепція клубної форми організації у вищому навчальному закладі, що враховує фізкультурно-оздоровчі та спортивні інтереси студентів, а також наявну матеріально-технічну базу. Беручи до уваги складну економічну ситуацію, потрібно шукати реальні й водночас ефективні шляхи підтримки достатнього фізичного розвитку студентської молоді. Футбол у вищих навчальних закладах – найбільш придатна форма, зважаючи на фактори, які усім відомі. Це, по-перше, без перебільшення – міжнародна любов до футболу, по друге, комплексний вплив на організм, якому піддаються основні системи людини: серцево-судинна, дихальна і м'язова. Він є значною областю соціально-необхідної діяльності, яка має значний вплив на формування особи: її інтересів, смаків, настрій.

На заняттях фізичного виховання студенти у процесі гри опановують складну техніку і тактику, розвивають фізичні якості; вчаться долати втому, біль; виробляти стійкість до несприятливих умов зовнішнього середовища. Ці ознаки надають можливість позитивному розвитку та вихованню вольових рис характеру: сміливості, стійкості, рішучості, витримки, мужності. У футболі колектив виступає найактивнішим фактором формування особистості. Команда існує в тому випадку, якщо в усіх є спільна мета; якщо всі працюють разом; якщо досягнута психологічна сумісність; якщо педагогічна майстерність наставника має досить високий рівень; якщо члени команди вчаться один в одного тощо. Футбол, як командна спортивна гра, більшою мірою сприяє різнобічному фізичному розвитку студента. Постійно змінюється ігрова ситуація, безперервна боротьба за м'яч пов'язані з найрізноманітнішими рухами і технічно-тактичними діями. У сфері футболу створюються, формуються нескоро минуші культурні, загальнолюдські цінності, оскільки він є об'єктом інтересу мільйонів людей.

Таким чином, виходячи із результатів теоретичного аналізу впливу футболу на формування особистості можна зробити наступні висновки: По-перше, сучасний стан теорії та методики фізичного виховання надає можливість розглянути футбол як вид (компонент) фізичної підготовки студентів у ЗВО і як один з видів гри. Це не лише засіб фізичного розвитку студентів, а й засіб вдосконалення та формування важливих якостей особистості – колективізму, свідомої дисципліни, здатності підпорядкувати власні інтереси інтересам колективу, а також потреби в здоровому способі життя. По-друге, важливим аспектом гри у футбол є

значний об'єм рухів, обумовлений високим емоційним та психологічним рівнем, який являється важливим фактором, що формує й підтримує зацікавленість до занять з фізичного виховання. Дані результати використання засобів футболу засвідчують вплив на формування особистості студентів вищих навчальних закладів. Дана проблема має значну перспективу розвитку для майбутніх науковців.

Як вже зазначалось, футбол – як засіб підвищення фізичного стану студентів на заняттях залежить від ґрунтовного впровадження у програму з фізичного виховання у ЗВО. Також важливим фактором залишається зацікавлення підопічних підвищенням рухливості й активності позанавчальний час. Тож на даному етапі для тренерів та викладачів дослідження, впровадження, та розвиток футболу як засобу фізичного вдосконалення студентів, залишається актуальним та потребує широкого наукового аналізу й систематичного вивчення.

УДК 796.01

Гутник Ю., студентка групи 101-ФС

Науковий керівник:

к.фіз.вих., доцент кафедри фізичної культури та спорту Гета А. В.

Національний університет «Полтавська політехніка

імені Юрія Кондратюка»

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА В УКРАЇНІ В ДОБУ КОЗАЦТВА

Відомо, що фізичне виховання є головним напрямом впровадження фізичної культури і становить органічну частину загального виховання, покликану забезпечити розвиток фізичних, морально-вольових, розумових здібностей і професійно-прикладних навичок людини. Розглядаючи історичний процес виникнення, становлення та подальшого розвитку фізичної культури, необхідно розглянути ті цілеспрямовані зусилля, яких доклали наші предки, як виховували молодь, яку роль у цьому процесі відігравала фізична культура, які ігри, змагальні фізичні вправи, гігієнічні чи лікувальні рухливі засоби застосовувались у побуті та військовій підготовці [2].

Внаслідок постійної боротьби українського народу проти татар і турків, польських і литовських загарбників виникло вільне озброєне населення – козацтво. Однією з найяскравіших сторінок літопису боротьби українського народу за свою незалежність був козацький рух. Козаки були тією силою, яка впродовж століть пильно стояла на сторожі свободи і гідності України як незалежної, суверенної держави [2].

Козаки були середнього зросту, плечисті, міцні та сильні, легко переносили голод, холод, спрагу й спеку; у війні невтомні, відважні, хоробрі. Запорожці створили досить ефективні спеціальні фізичні та психофізичні вправи, спрямовані на самопізнання, саморозвиток, тілесне,