**Олег ДЖАВАЛА**

*здобувач 1 курсу магістратури*

*спеціальності 017 Фізична культура і спорт,*

*освітньо-професійна програма «Фізична культура і спорт»,*

*Західноукраїнський національний університет*

**Науковий керівник:**

**Роман ГАХ**

*кандидат педагогічних наук, доцент,*

*доцент кафедри фізичної реабілітації і спорту,*

*Західноукраїнський національний університет*

**СТРУКТУРА ТА ЗМІСТ ЕТАПУ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ У СУЧАСНОМУ ФУТБОЛІ**

Важливим завданням у спорті вищих досягнень є виявлення талановитих дітей, які мають потенціал для успішних виступів на міжнародній арені. Це питання потребує комплексного підходу з урахуванням організаційних, педаго­гічних, соціально-економічних та етичних аспектів.

Наразі тренерами у поєднанні з науковцями використовується широкий спектр методів підготовки юних спортсменів. Перевага надається ігровому ме­тоду виконання вправ, який робить тренування більш динамічним та цікавим. Окрім того, застосовуються різноманітні засоби та методи, підібрані відповідно до конкретного виду спорту.

Науковці рекомендують у навчально-тренувальному процесі з юними футболістами звертати увагу на наступні декілька ключових моментів, які підкреслимо: а) виявлення талантів: створення ефективної системи пошуку обдарованих дітей, які мають схильність до спорту; б) комплексний підхід: врахування всіх аспектів підготовки юних спортсменів, включаючи рухову, технічну, психологічну та тактичну підготовку; в) застосування ігрового ме­тоду: використання ігрових елементів у навчально-тренувальному процесі для підвищення мотивації та зацікавленості юних спортсменів; г) індивідуалізація: підбір методів та засобів підготовки відповідно до індивідуальних особливос­тей кожного спортсмена; д) науково-практична основа: застосування наукових знань та передового досвіду в підготовці юних спортсменів-футболістів [2].

Вдосконалення системи підготовки у спорті вищих досягнень є запо­рукою успішного виступу українських спортсменів на міжнародній арені. Це потребує постійної роботи тренерів, науковців та керівників спортивних орга-нізацій.

Існує багато наукових робіт, присвячених питанням фізичної та технічної підготовки юних футболістів на початковому етапі. Тренерами дитячо-юнаць­ких шкіл використовуються наступні методичні підходи до вирішення завдань підготовки футболістів-початківців: а) послідовний: спочатку розвиваються ру­хові якості, а потім йде навчання основ техніки; б) паралельне застосування: удосконалення рухових якостей та вивчення технічних елементів відбуваються одночасно [1].

Зазначимо, що вибір методу залежить від віку, рівня підготовки та інди­відуальних особливостей юних футболістів. Варто зауважити, що зростання вимог до підготовки юних футболістів потребує вдосконалення програм трену­вань. При цьому важливо враховувати наступні моменти: – тренер повинен застосовувати сучасні навчально-методичні розробки; – індивідуальні особли-вості футболістів повинні повновагомо враховуватися під час планування нав-чально-тренувального процесу.

Правильно підібрана програма тренувань допоможе юним футболістам закласти міцний фундамент для подальшого розвитку, досягти високих спор­тивних результатів та уникнути травм. Тому тренерам слід постійно вдоскона­лювати свої наукові знання та професійні навички, щоб давати юним футбо­лістам найкращу підготовку.

Сучасна система підготовки юних спортсменів складається з чітко окреслених, але взаємопов’язаних елементів: **а) багаторічна підготовка:** цей етап поділяється на відносно самостійні періоди, кожен з яких має свої цілі та завдання; **б) річна підготовка:** цей етап планується протягом одного року і включає в себе підготовку до змагань, сам змагальний період та відновлення після нього; **в) середні цикли (мезоцикли):** періоди тренувань тривалістю від 3 до 6 тижнів, які мають свою специфіку та спрямовані на розвиток певних якостей спортсмена; **г) малі цикли (мікроцикли):** тижневі періоди тренувань, які складаються з окремих тренувальних занять; **д) тренувальні заняття:** основна ланка тренувального процесу, де спортсмен виконує різні вправи та завдання [3].

Завдяки значним науковим досягненням та передовій практиці сучасні спортсмени можуть виступати на найвищому рівні протягом значно довшого часу [1]. Для цього важливо правильно спланувати багаторічну підготовку, враховуючи вікові особливості спортсмена. Наведемо коротку характеристику вікових зон розвитку:

● вікова зона перших великих успіхів: період, який зазвичай припадає на юний вік, коли спортсмен здобуває перші значні перемоги;

● вікова зона оптимальних можливостей: пік спортивної форми, коли спортсмен може досягати найвищих результатів;

● вікова зона підтримки високих результатів: на особливу увагу на цьому етапі потрібно звернути на правильність тренувань та системи відновлення, щоб якомога довше зберегти високий рівень майстерності.

Таким чином, правильно спланована та організована система підготовки дозволяє юним спортсменам розкрити свій потенціал та досягти найвищих результатів.

***ЛІТЕРАТУРА***

1. Дедишин І. Удосконалення тактичного мислення у футболістів на етапі підго­товки до вищих досягнень / Ігор Дедишин // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. / за заг. ред. Євгена Приступи. – Львів : ЛДУФК імені Івана Боберського, 2023. – Вип. 27, т. 2. – С. 72–73.
2. Дулібський А. В. Спортивний відбір, селекція та ігрова орієнтація футболістів у Бельгії / Дулібський А. В. // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наук. пр. – Київ, 2021. – Вип. 7(138). – С. 50–57.
3. Корягін В. Оцінка ефективності системи підготовки юних спортсменів. *Перспек­тиви та інновації науки*. 2023. № 7 (25). С. 138–143.
4. Оніщук Л., Баштовенко О. Інтегрований підхід до управління тренувальною та змагальною діяльністю спортсменів. *Перспективи та інновації науки*. 2023. № 15 (33).
С. 400–412.
5. Тищенко В. О., Лисенчук Г. А. Аналіз сучасних підходів до використання іннова­ційних технологій для вдосконалення спеціальної фізичної та техніко-тактичної підготовки в спорті. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова.* 2019. № 6 (114). С. 99–104.