ефективність такого методу виховання та сприяло формуванню загальноукраїнської системи національно-патріотичного виховання учнівської молоді.

ЛІТЕРАТУРА

1. Всеукраїнська дитячо-юнацька військово-патріотична гра «Сокіл» («Джура»): метод. посіб. / Г.А.Коломоєць та ін. Київ. 2013. 169 с.

2. Всеукраїнська дитячо-юнацька військово-патріотична гра "Сокіл" ("Джура"). Організація роботи в школі, в районі (місті): метод. посіб., схвалений Науково-методичною комісією із предмета "Захист Вітчизни" Міністерства освіти і науки України. Київ. 2014. 167 с.

3. Козацько-лицарське виховання: збірник / уклад. А.М. Грива. Київ. 2010. 170 с.

4. Портфоліо керівника гуртка "Сокіл-Джура" Кучеренко Олександра Івановича "Мій педагогічний досвід роботи". URL: https://sites.google.com/site/portfoliokerivnika/-mij-pedagogicnij-dosvid-roboti (дата звернення: 28.10.2022).

5. Ремньова А.Г. Патріотизм і толерантність як складові громадянської компетентності майбутніх вчителів. *Сучасні педагогіка та психологія: перспективні та пріоритетні напрями наукових досліджень*: матеріали міжнародної науково-практичної конференції (м. Київ, Україна, 10-11 липня 2020 року). Київ, 2020. Ч.ІІ. С. 45-48

Орленко Н.А.,
кандидат педагогічних наук, доцент,
Дейнеко І.В.,
старший викладач,
Скидан І.В.,
старший викладач,
Гейченко С.П.,
старший викладач
кафедри фізичного виховання та спортивної підготовки факультету лінгвістики
та соціальних комунікацій Національного авіаційного університету,
м. Київ, Україна

ТРЕНУВАЛЬНІ ПРОЦЕСИ В ЗВО В ПОЄДНАННІ З ОСОБЛИВОСТЯМИ ПСИХОФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ НАУ У ФУТЗАЛІ

Анотація. Наше дослідження було спрямоване на ефективне використання відведеного часу у тренувальному процесі. Запропоновані нами вправи засвідчили, що психофізичний стан напряму пов'язаний з індивідуальною майстерністю гравця. Порівнюючи техніко-тактичні дії гравців, ми зосередились на індивідуальних діях кожного. Будуючи послідовність завдань у тренувальному процесі ми побачили, що поєднання техніки пересувань і техніки роботи з м’ячем дало можливість краще опанувати прийняття рішення та поліпшити розуміння тактичної складової гри у футзал.

Abstract. Our research was aimed at effective use of the allocated time in the training process. The exercises offered by us proved that the psychophysical state is directly related to the individual skill of the player. Comparing the technical and tactical actions of the players, we focused on the individual actions of each. Building a sequence of tasks in the training process, we saw that the combination of movement technique and ball handling technique made it possible to better master decision-making and improve understanding of the tactical component of the futsal game.

Як відомо, формування психомоторних і пізнавальних здібностей будуються на індивідуальних можливостей підлітків і багато в чому залежить від якості психологічних інтересів педагогічного процесу, соціального виховання і підтримки в подальших діях.

Ми можемо часто стикатися з таким явищем як когнітивне спотворення, яке полягає в тому, що деякі підлітки, які ще не досягли певного рівня ігрової кваліфікації, вже роблять помилкові висновки, приймають невдалі рішення і при цьому не здатні усвідомлювати свої помилки через відсутність вмінь, навичок, того мінімального досвіду який допомагає, не створювати завищених уявлень про власні можливостях (ефект Даннінга-Крюгера).

Більш досвідчені гравці, навпаки, схильні занижувати оцінку своїх здібностей і страждати від недостатньої впевненості у своїх силах, вважаючи інших більш майстернішими. Таким чином, менш компетентні гравці в цілому мають більш високу думку про власні здібності, ніж це властиво компетентним футболістам, які до того ж схильні припускати, що оточуючі оцінюють їх можливості також низько, як і самі). Люди з високим рівнем кваліфікації помилково вважають, що завдання які їм легкі, і легкі й інших людей.

Страх, невпевненість починає впливати на їх відчуття, на ігрову креативність та готовність ризикувати. Студенти тим часом дорослішають, та часто поєднують цей «внутрішній» тягар з подальшими тренуваннями в клубі.

Тож, причини невдач у спортивних змаганнях серед молоді слід шукати ще в дитинстві. У контексті сенситивних періодів – нам важливо урахувати закономірності планування тренувального процесу, а також певна філософія – то на чому може базуватися футбол в цих умовах.

Накопичивши певний досвід, у використанні вправ з м'ячом, ми також не відмовилися від надзвичайно популярної, майже у всіх вікових групах, гри **берек** (квач), яка останнім часом вона набула різних форм, і залишається одною із основною вправою підвищення емоційної складової тренувального заняття.

Мета. Розглянути стимули та дії, які обмеженні у часі, частину вправ з яких автоматизувати, а деякі навпаки, налаштувати студентів на власне відтворення своїх задумів.

Дослідження. Засобами і методами спортивної підготовки у футзалі, ми намагаємся урізноманітнити фізичні вправи таким чином, щоб вони безпосередньо або опосередковано впливали на вдосконалення технічної майстерності футболістів. Спираючись на певні етапи підготовки футболістів, студентський вік, мотиваційну складову, тренер-викладач, в умовах сучасного навчального процесу, з урахування вимог і можливостей закладу, і на основі відбору по спеціалізації футзал, зможе визначити, що функціональний стан молоді пост пубертатного періоду онтогенезу, залежить не тільки від режиму рухової активності, а й від бажання прогресувати в цьому виді спорту.

Як відомо, ніяка проблема не може бути якісно вирішена на тому рівні, на якому вона була створена. Тобто, для пошуку виходу нам слід піднятися на рівень вище, саме тоді можна буде зрозуміти найкращий сценарій розвитку.

Так тренер, організовуючи гравців, допомагає їм створювати зону власної діяльності і в результаті футболіст виконуючи свої завдання, знаходить засоби їх вирішення. Однак, щоб ці механізми включити, важливо врахувати мотиви й потреби самого підлеглого, вміти наблизити вправу до їх розуміння і здібностей.

Майже кожен навчальний блок має починатися з нових вправ і нових вражень. Застосовуючи підготовчі вправи в тренувальному процесі студентів ЗВО, ми налаштовуємо їх до активної участі яка, в свою чергу, вибудовує прагнення до самостійного рішення. Рухлива гра, часто дозволяє зняти напругу, що супроводжує студента, відволіктися від нагальних справ молодої людини.

Запропоновані вправи використовують як на початку заняття так і в основній частині навчання. Ми розглянемо можливість використовувати його для тренування студентів непрофільних ЗВО.

Для порівняння ми впроваджували вправи у підготовчий частині, які сприяють розвитку фізичних якостей і формують навички когнітивних функцій для швидкого реагування зміни завдань та володінням м'ячем.

Також, ми можемо формувати майже кожен елемент техніки володіння м'яча за рахунок вправ на розвиток техніки володіння м'ячем. Однак, слід пам'ятати, що при влаштуванні будь-якої вправи наша мета як тренера – розвинути конкретні навички які зможуть формувати чітке уявлення під час самої гри.

Вправи для формування техніки футболу можна знайти в прикладах нижче.

ВПРАВА 1. «ХВОСТИКИ» для підняття настрою! (до 8 ХВ)

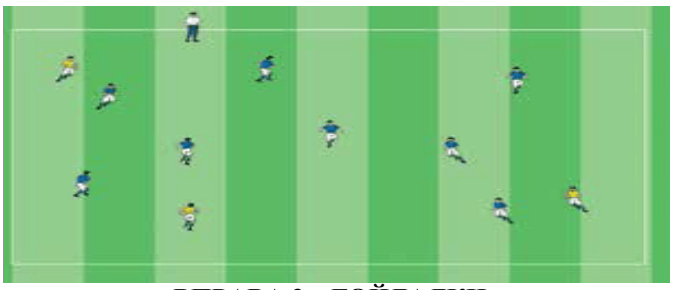
Кожній гравцеві дається маніжка, яку втягує позаду себе, в шорти, як «хвіст». Після того, як гра починається, діти намагаються зловити стільки «хвостів», скільки треба для досягне успіху, і в той же час зберігати як можна довше свій «хвіст». Гра закінчена, коли гравці, які зберегли свій «хвіст» і зібрали всі «хвостики». Хто зібрав найбільше «хвостів» той і переміг.

Можливі інші варіанти вправи.



ВПРАВА 2. «Кенгуру «Берек»
СТРИБКИ НА ОДНІЙ НОЗІ І ОБОМА НОГАМИ

Вправа: Учасники діляться на кенгуру і на 2-3 кенгуру – пташенят (залежно від чисельності групи), у яких м'ячі заховані в мішечку-кенгуру (м'ячі заховані під футболкою). На початку вправи гравці знаходяться у визначеній зоні. «Кенгуру» рухаються (стрибають) на одні нозі «Кенгуру-пташенята» стрибають на двох ногах. Захоплений гравець, «Кенгуру-пташка», віддає м'яч «Кенгуру» і перетворюється на «Кенгуру». В свою чергу, «Кенгуру» перетворюється на «Кенгуру-пташка». Гра продовжується.



ВПРАВА 3. «ГОЙДАЛКИ»

Хід виконання вправи: Учасники (дві групи у різних манишках) стоять обличчям один до одного приблизно в одному метрі від конуса між ними. У якийсь момент тренер піднімає руку, щоб вказати сторону, в яку рухатися (підняття правої руки означає, що гравці праворуч від тренера біжать до кінцевої лінії, визначеної зони, яких переслідують гравці зліва від тренера). Вправа мотиваційна, кожна пара підраховує свої бали.

Модифікація: гравці починають з різних положень. До 5 повторень (кожний).

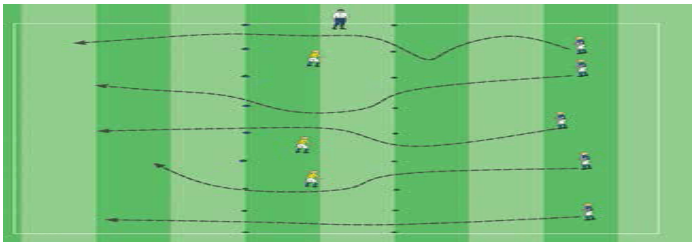


ВПРАВА 4. «Королі простору»

ЗМІНА ТЕМПУ ТА НАПРЯМКУ, ЗУПИНКИ, СТРИБКИ БЕЗ М'ЯЧА

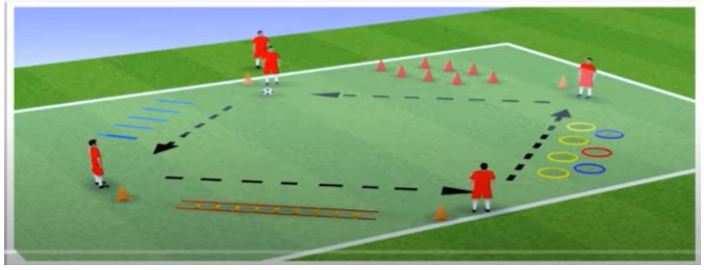
Вправа: Поле поділено на дві частини. Між полями простір, де розташовується захисник. У просторі між полями 2-3 захисники (залежно від розміру групи). Захисники пересуваються тільки в межах відведеного простору і намагаються зробити перехват м'яча. Завдання решти гравців – дістатися до протилежної частини таким чином, щоб не втратити м'яча. Втрати м'яча сумуються і по закінченню вправи, переможці отримають привілеї вибору.

Модифікації: Команда(и) (3-4 гравця), знаходячись у середині проти двох команд, які перебувають з протилежних сторін.



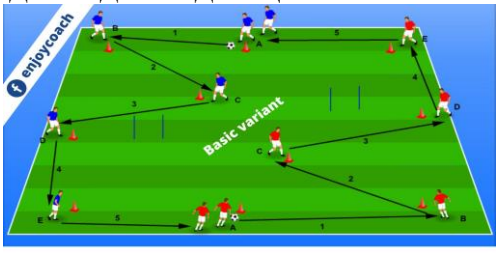
5. ВПРАВИ НА РОЗВИТОК ТА ВДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНІКИ ПЕРЕСУВАНЬ.

Запропонована вправа починається з передачі гравця з м'ячем. Гравець виконує передачу м'яча, гравцю проти годинникової стрілки. Потім виконує завдання на даному відрізку. Після чого займає місце гравця, якому був спрямовано м'яч. Наступний повторює ті самі дії з м'ячем і виконує своє завдання з техніки пересувань.



Методичні вказівки: Кількість гравців може збільшуватися до 10 гравців та часу виконані.

6. ПРАКТИКА З ПЕРЕШКОДАМИ ДЛЯ ПІДВИЩЕННЯ НАВИКІВ У ПРИЙНЯТТІ РІШЕННЯ



Завдання полягає у відпрацюванні точної передачі в обмеженому простору і злагоджених діях при контролі м'яча. Також на відрізку C - D (після передачі) оббігаємо стійкі.

7. ВПРАВА З М'ЯЧЕМ НА КОНЦЕНТРАЦІЮ УВАГИ.

Гравці починають спрямовувати м'яч по годинникової стрілці. Відстань між гравцями може залежати від вікових особливостей і часу навчання. Кількість дотиків регламентується самостійно.



Методичні вказівки: можливе доповнення імітацією обманних рухів для отримання м'яча у вільній зоні.

Модифікація. Можливо відпрацьовувати 2-3 м'ячами. Якщо гравців більше 8 можемо запропонувати переміщення в напрямку передачі.

Висновок. Використовуючи надані вправи в тренувальних заняттях зі студентами збірної НАУ з футзалу, ми змогли спромогтись, урізноманітнити вправи, зменшити психологічне навантаження студентів, які спостерігалися після учбового процесу.

Будуючи послідовність завдань у тренувальному процесі ми побачили що, поєднання техніки пересувань і техніки роботи з м'ячем дає можливість вивільнити час на прийняття рішення та поліпшити розуміння тактичної складової гри у футзал.

ЛІТЕРАТУРА

1. Крюгер Джастін; Даннінг Девід. Некваліфікований і не усвідомлюючи цього: як труднощі у визнанні власної некомпетентності призводять до завищених самооцінок (англ.). *Journal of Personality and Social Psychology*. 1999. Вип. 77, вип. 6. С. 1121–1134. doi:10.1037/0022-3514.77.6.1121.PMID 10626367

2. Вчитель фізкультури як тренер. (журнал «Фізична культура та здоров'я») ul. Polska 13 60-595 Познань, Польща 25.05.2020р.№43. Бартош Гржелак. Берек як тренувальний інструмент у розвитку юного футболіста.

3. Гржелак Бартош. Берек – як тренувальний інструмент у розвитку юного футболіста. *Фізична культура та спорт.* 2020. № 43.

4. Соломко В.В, Лісінчук Г.А, Соломко О.В. Футбол. Київ: Вид-во НУФВСУ «Олімпійська література», 2005. 295 с.

5. Дейнеко І.В., Орленко Н.А., Величенко Н.А., Ракитіна Т.І. Формування психологічної стійкості гравців у футзалі в період завершення пубертатного періоду. *12 th International scientific and practical conference "Science, innovations and education: problems and prospects"*. June 28-30, 2022. CPN Publishing Group, Tokyo, Japan. 2022. P. 500-506.

Отич О.М.,
доктор педагогічних наук, професор,
головний науковий співробітник
Інституту вищої освіти НАПН України,
м. Київ, Україна

ІНСТИТУЦІАЛІЗАЦІЯ СИСТЕМ ПРОФЕСІЙНОГО РОЗВИТКУ НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ У ВИЩІЙ ОСВІТІ УКРАЇНИ

Анотація. Дослідження проблеми інституціалізації систем професійного розвитку науково-педагогічних працівників передбачає розгляд її з позицій організації цього процесу в університеті як цілісній інституційній системі.

Abstract. The study of the problem of institutionalization of systems of professional development of scientific and pedagogical workers involves considering it from the point of view of the organization of this process in the university as a complete institutional system.

Дослідження проблеми інституціалізації систем професійного розвитку науково-педагогічних працівників передбачає розгляд її з позицій організації цього процесу в університеті як цілісній інституційній системі.

Інституційна система професійного розвитку науково-педагогічних працівників є підсистемою інституційної системи. Фактично, вона становить собою сукупність структурних підрозділів ЗВО, що