



Наукові перспективи
Видавнича група

Перспективи та інновації науки



СЕРІЯ "ПЕДАГОГІКА"



СЕРІЯ "ПСИХОЛОГІЯ"



СЕРІЯ "МЕДИЦИНА"



№1(19) 2023

Видавнича група «Наукові перспективи»

**Громадська організація «Християнська академія
педагогічних наук України»**

**Громадська організація «Всеукраїнська асоціація педагогів і
психологів з духовно-морального виховання»**

*за сприяння громадської наукової організації «Всеукраїнська Асамблея
докторів наук з державного управління»*

«Перспективи та інновації науки»

(Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»)

Випуск № 1(19) 2023

Київ – 2023

Publishing Group «Scientific Perspectives»

Public organization "Christian Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine"

**Public organization "All-Ukrainian Association of Teachers and
Psychologists of Spiritual and Moral Education"**

*with the assistance of the public scientific organization "Ukrainian Assembly of
Doctors of Sciences in Public Administration"*

"Prospects and innovations of science"

(Series "Pedagogy ", Series "Psychology ", Series "Medicine ")

Issue № 1(19) 2023

Kiev – 2023

ISSN 2786-4952 Online

УДК 001.32:1/3](477)(02)

DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-1\(19\)](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-1(19))

«Перспективи та інновації науки (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»)»: журнал. 2023. № 1(19) 2023. С. 564



Згідно наказу Міністерства освіти і науки України від 27.09.2021 № 1017 журналу присвоєно категорію "Б" із психології та педагогіки

Рекомендовано до видавництва Президією громадської наукової організації «Всеукраїнська Асамблея докторів наук з державного управління» (Рішення від 16.01.2023, № 4/1-23)

Журнал видається за підтримки КНП "Клінічна лікарня №15 Подільського району м.Києва", Центру дієтології Наталії Калиновської.

Журнал заснований з метою розвитку наукового потенціалу та реалізації кращих традицій науки в Україні, за кордоном. Журнал висвітлює історію, теорію, механізми формування та функціонування, а, також, інноваційні питання розвитку психології, педагогіки та медицини. Видання розраховано на науковців, викладачів, педагогів-практиків, представників органів державної влади та місцевого самоврядування, здобувачів вищої освіти, громадсько-політичних діячів.



Журнал включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus

(IC), Research Bible, міжнародної пошукової системи Google Scholar.

Голова редакційної колегії:

**Жукова Ірина
Віталіївна**

кандидат наук з державного управління, доцент, директор Видавничої групи «Наукові перспективи», виконавчий директор президії громадської наукової організації «Всеукраїнська асамблея докторів наук з державного управління» (Київ, Україна)

Головний редактор: Чернуха Надія Миколаївна — доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри соціальної реабілітації та соціальної педагогіки Київського національного університету імені Тараса Шевченка (Київ, Україна).

Заступник головного редактора: Сіданіч Ірина Леонідівна — доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри педагогіки, адміністрування і спеціальної освіти Навчально-наукового інституту менеджменту та психології ДЗВО «Університет менеджменту освіти» НАПН України (Київ, Україна);

Заступник головного редактора: Жуковський Василь Миколайович — доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри англійської мови Національного університету "Острозька академія" (Рівне, Україна).

Редакційна колегія:

- **Бабчук Олена Григоріївна** – кандидат психологічних наук, доцент, завідувач кафедри сімейної та спеціальної педагогіки і психології Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського» (Одеса, Україна)
- **Бахов Іван Степанович** — доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри іноземної філології та перекладу Міжрегіональної академії управління персоналом (Київ, Україна)
- **Балахтар Катерина Сергіївна** - здобувач ступеня доктора філософії (PhD) за спеціальністю 053. Психологія, старший викладач кафедри іноземних мов в Національному університеті ім. О. О. Богомольця (Київ, Україна)
- **Бартенєва Ірина Олександрівна** - кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри педагогіки Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського» (Одеса, Україна)
- **Біляковська Ольга Орестівна** – доктор педагогічних наук, професор кафедри загальної педагогіки та педагогіки вищої школи Львівського національного університету імені Івана Франка (м. Львів, Україна)
- **Вовк Вікторія Миколаївна** - кандидат економічних наук, доцент кафедри економіки Державного університету ім. Станіслава Сташіца в Піль (м. Піль, Польща)
- **Гвожджєвіч Сильвія** — кандидат наук, Державна професійна вища школа ім. Якуба з Парадижу в Гожуві-Великопольському (Польща)
- **Головач Наталія Василівна** — кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри управління персоналом та економіки праці Міжрегіональної академії управління персоналом (Київ, Україна)
- **Гречановська Олена Володимирівна** – доктор педагогічних наук, професор кафедри філософії та гуманітарних наук Вінницького національного технічного університету (Вінниця, Україна)
- **Гуменникова Тамара Рудольфівна** — доктор педагогічних наук, професор, директор Придунайської філії Міжрегіональної академії управління персоналом (Київ, Україна)
- **Дерстуганова Наталя Вікторівна** - кандидат педагогічних наук, доцент кафедри освіти та управління навчальним закладом Класичного приватного університету (Запоріжжя, Україна)
- **Долгова Олена Миколаївна** - кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри авіаційної психології Національного авіаційного університету (Київ, Україна)
- **Журавльова Лариса Петрівна** — доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології Поліського національного університету (Житомир, Україна)
- **Заячківська Оксана Василівна** - кандидат економічних наук, доцент кафедри фінансів та економічної безпеки Національного університету водного господарства та природокористування (Рівне, Україна)

ЗМІСТ

СЕРІЯ «Педагогіка»

Revniuk N.I., Ivashchenko K.V. <i>PROFESSIONAL TRAINING OF A SPECIALIST IN SOCIAL WORK FOR THE APPLICATION OF DIFFERENT METHODS</i>	12
Акімова О.В., Сапогов М.В., Бахчеван М.В. <i>ХУДОЖНЬО-ЕСТЕТИЧНЕ ВИХОВАННЯ УЧНІВ ЗАСОБАМИ НАРОДНОЇ ПЕДАГОГІКИ</i>	23
Башкір О.І. <i>ОНЛАЙНОВІ ЗАСТОСУНКИ ОРГАНІЗАЦІЇ АКТИВНОГО ТА ІНТЕРАКТИВНОГО НАВЧАННЯ</i>	33
Васильєва М.П., Коваленко Д.В., Романова І.А. <i>РОЗВИТОК СОЦІАЛЬНОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ЯК ОСНОВА СОЦІАЛЬНОЇ ЗГУРТОВАНOSTІ СУСПІЛЬСТВА</i>	45
Гаврилова А.В., Галушко Т.В., Манько А.В., Нестерова О.Ю., Хуртак І.В. <i>СИНТАКСИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АНГЛІЙСЬКОЇ МОВИ ЯК АСПЕКТ ВИВЧЕННЯ КУРСУ ІНОЗЕМНОЇ МОВИ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ</i>	57
Гаморак Г.П., Гаморак М.І. <i>ВАЖЛИВІ АСПЕКТИ ВИКЛАДАННЯ ДИСЦИПЛІНИ «МІКРОБІОЛОГІЯ, ВІРУСОЛОГІЯ ТА ІМУНОЛОГІЯ» СТУДЕНТАМ-МЕДИКАМ ІФНМУ В УМОВАХ СЬОГОДЕННЯ</i>	67
Голяка С.К., Спринь О.Б., Левченчук О.А. <i>ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ ФУТБОЛОМ НА ФІЗИЧНУ ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ УЧНІВ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ</i>	77
Дуганець В.І., Рудь А.В., Панцир Ю.І., Поліщук А.В. <i>ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ ІНШОМОВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ АГРАРНОІНЖЕНЕРНОЇ ГАЛУЗІ</i>	86

УДК 796.322 : 796.015.682

[https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-1\(19\)-77-85](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-1(19)-77-85)

Голяка Сергій Кіндратович кандидат біологічних наук, доцент, Херсонський державний університет, вул. Університетська, 27, м. Херсон, 73000, тел.: (0552) 32-67-65, <https://orcid.org/0000-0001-6805-584X>

Спринь Олександр Борисович кандидат біологічних наук, доцент, Херсонський державний університет, вул. Університетська, 27, м. Херсон, 73000, тел.: (0552) 32-67-65, <https://orcid.org/0000-0002-7262-9030>

Левченчук Олександр Анатолійович магістр з фізичного виховання, Херсонський державний університет, вул. Університетська, 27, м. Херсон, 73000, тел.: (0552) 32-67-65

ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ ФУТБОЛОМ НА ФІЗИЧНУ ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ УЧНІВ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Анотація. Вивчення проблеми підвищення рівня фізичної підготовленості учнів додатково під час секційної роботи на сьогодні має достатній інтерес, і пов'язано з дефіцитом рухової активності учнів внаслідок інтенсифікації сучасного освітнього процесу та незначної кількості годин, які відводяться на уроки фізичної культури в школі. Розробка необхідного забезпечення секційної роботи в школі, застосування різних методів фізичної підготовки, утримується дефіцитом наукових досліджень у цьому напрямку.

Секційні заняття з футболу з учнями середнього шкільного віку при загальноосвітніх навчальних закладах є однією із найважливіших умов реалізації системи дитячо-юнацького футболу в нашій країні. Подібний підхід дозволить підвищити залучення дітей та підлітків до рухової активності, що в підсумку сприятиме їх нормальному фізичному розвитку та підвищенню їх фізичної підготовленості.

З метою визначення впливу секційних занять футболом на рівень фізичної підготовленості учнів середнього шкільного віку проведено дослідження на базі Станіславської ЗОШ Херсонської області. У обстеженні прийняли участь 32 учні середніх класів, з яких були сформовані експериментальна група із хлопців, котрі займалися в позаурочній секції з футболу на базі спортивних майданчиків школи та хлопці контрольної групи.

Встановлено, що на першому етапі обстеження відносно кращими показниками розвитку швидкісно-силових якостей, розвитку швидкісної витривалості, а також загальної витривалості та спритності характеризувалися юні футболісти. Середні показники силових, швидкісних якостей та гнучкості виявилися кращими в хлопців контрольної групи.

З'ясовано, що на другому етапі дослідження відбувається приріст всіх показників, які вивчали у обох групах обстеження. За більшістю тестів нами виявлено кращі показники приросту в юних футболістів, які протягом року відвідували шкільну секцію з футболу, ніж у хлопців контрольної групи, особливо за рівнем розвитку гнучкості (на 14,5%), швидкісно-силових якостей (на 9,5%), силових якостей (на 7,8%) та витривалості (на 7,8%).

Ключові слова: футбол, фізична підготовленість, учні середнього шкільного віку.

Holiaka Serhii Kindratovych Ph.D. of Biological sciences, Associate Professor, Kherson State University, Universytetska St., 27, Kherson, 73000, tel.: (0552) 32-67-65, <https://orcid.org/0000-0001-6805-584X>

Spryn Oleksandr Borysovych Ph.D. of Biological sciences, Associate Professor, Kherson State University, Universytetska St., 27, Kherson, 73000, tel.: (0552) 32-67-65, <https://orcid.org/0000-0002-7262-9030>

Levchenchuk Oleksandr Anatoliyovych Master's Degree Physical Education, Kherson State University, Universytetska St., 27, Kherson, 73000, tel.: (0552) 32-67-65

STUDY OF THE INFLUENCE OF SECTIONAL FOOTBALL CLASSES ON THE PHYSICAL FITNESS OF MIDDLE SCHOOL STUDENTS

Abstract. Studying the problem of increasing the level of physical fitness of students additionally during sectional work is currently of sufficient interest, and is associated with the lack of motor activity of students due to the intensification of the modern educational process and the small number of hours allocated to physical education lessons at school. The development of the necessary support for sectional work at school, the use of various methods of physical training, is held back by the lack of scientific research in this direction.

Sectional football classes at secondary school are one of the most important conditions for the implementation of the children's and youth football system in our country. Such an approach will increase the involvement of children and adolescents in motor activity, which will ultimately contribute to their normal physical shape and increase their fitness.

In order to determine the impact of sectional football classes on the level of physical fitness of middle school students, a study was conducted on the basis of the Stanislav Primary School of the Kherson Region. 32 middle school students took part in the survey, from which an experimental group of boys who were engaged in an extracurricular football section on the basis of the school's sports grounds and boys of the control group were formed.

It was established that at the first stage of the examination, young football players were characterized by relatively better indicators of the development of speed and strength qualities, the development of speed endurance, as well as general endurance and dexterity. The average indicators of strength, speed qualities and flexibility were better in the boys of the control group.

It was found that at the second stage of the study, there is an increase in all indicators that were studied in both examination groups. According to most of the tests, we found better indicators of growth in young football players who attended the school football section during the year than in boys of the control group, especially in terms of the level of development of flexibility (14.5%), speed and strength qualities (by 9.5%), strength qualities (by 7.8%) and endurance (by 7.8%).

Keywords: football, physical fitness, middle school students.

Постановка проблеми. На сьогодні, як раніше, одним із популярних видів фізичної активності як серед школярів, так і в цілому серед молоді є футбол, і оздоровчий вплив якого досить широко застосовується в практиці позакласної роботи в загальноосвітніх навчальних закладах.

Вивчення проблеми підвищення рівня фізичної підготовленості учнів додатково під час секційної роботи на сьогодні має достатній інтерес. Це пов'язано з дефіцитом рухової активності учнів внаслідок інтенсифікації сучасного освітнього процесу та незначної кількості годин, які відводяться на уроки фізичної культури в школі. Тому розробка організаційно-методичного забезпечення секційної роботи в школі, а також широке застосування різних методів базової фізичної підготовки, на сьогодні утримується дефіцитом наукових досліджень у цьому напрямку[4].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Питанням вдосконалення фізичної підготовленості учнів середнього шкільного віку, зокрема засобами занять футболом присвячені роботи Валькевича О. (2014), Голяки С.К. та ін. (2018), Коваленка Ю.О., Дорошенка І.Е. (2018), Левченчука О. А.(2020), Овчаренка С.В., Матяша В.В., Яковенка А.В. (2019), Соколова О.В., Миленко В.М. (2017), Хоркавого Б., Огерчука О., Колобича О. (2017) та інших [1-6, 8].

На думку вчених, застосування засобів футболу у секційній роботі, у тренувальному процесі чи на уроках фізичної культури з учнями середнього шкільного віку сприятиме всебічному розвитку в них фізичних якостей [3, 4, 6].

Секційні заняття з футболу з учнями середнього шкільного віку є однією з найважливіших умов реалізації системи дитячо-юнацького футболу в нашій країні, і вона зможе залучити в єдину ефективну структуру багато напрямків навчально-тренувального процесу в дитячому та юнацькому футболі. Тому, поряд з уроками фізичної культури з елементами футболу додатково повинні функціонувати секції з футболу при загальноосвітніх навчальних закладах. І функціонування подібних секцій дозволить

підвищити залучення дітей та підлітків до рухової активності, що в підсумку сприятиме їх нормальному фізичному розвитку та підвищенню їх фізичної підготовленості [4].

Сучасний стан організаційно-методичного забезпечення не дає в повній мірі змогу вирішити питання організації та їх реалізації секційних занять з футболу з учнями середнього шкільного віку. І це вимагає пошуку тих найбільш ефективних засобів та методів розв'язання завдань фізичного виховання, зокрема з підвищення рівня фізичної підготовленості підростаючого покоління в позаурочних заняттях з футболу. Тому, виходячи з цього, обґрунтування організаційно-методичного забезпечення шкільних секційних занять з футболу є актуальним науковим напрямком сьогодення [4].

Мета статті – дослідити рівень фізичної підготовленості учнів середнього шкільного віку, які займаються у позаурочний час в секції футболу.

Виклад основного матеріалу. Дослідження здійснювалося на базі Станіславської ЗОШ Херсонської області, у якому прийняли участь 32 хлопці без відхилень у стані здоров'я віком 11-13 років. Нами було сформовано експериментальну групу (ЕГ) у кількості 17 осіб, які відвідували шкільну секцію з футболу, а також контрольну групу (КГ) - 15 осіб. Хлопці контрольної групи відвідували лише уроки фізичної культури. Дослідження рівня фізичної підготовленості хлопців обох груп двічі: перший етап у вересні 2019 року, другий етап - у вересні 2020 року, через рік з часу функціонування секції футболу в школі під керівництвом Левченчука О. А.

Динаміку рівня фізичної підготовленості учнів обох груп ми оцінювали за результатами тестування (підтягування на перекладині, стрибок у довжину з місця, біг на 60 м, стрибки через скакалку за 1 хв, біг на 2000 м, нахил тулуба вперед сидячи, човниковий біг 4×9 м) [7].

Результати дослідження рівня фізичної підготовленості 11-13 річних учнів нами представлено у таблицях.

Таблиця 1.

Середні показники ($M \pm m$) рівня фізичної підготовленості учнів на першому (I) та другому (II) етапах обстеження

Групи обстеження	Підтягування на перекладині (кількість)			Стрибок в довжину з місця (см)			Біг на 60 м (с)			Стрибки через скакалку за 1хв (кількість)		
	I	II	%	I	II	%	I	II	%	I	II	%
ЕГ	7,7 ±0,9	8,3 ±0,8	7,8	168,8 ±4,9	184,8 ±5,2	9,5	9,38 ±0,06	8,84 ±0,06	5,8	155,4 ±5,5	165,9 ±5,3	6,8
КГ	8,1 ±0,8	8,4 ±0,7	3,7	171,3 ±4,7	179,7 ±4,7	4,9	9,46 ±0,07	9,22 ±0,06	2,5	148,1 ±6,2	153,2 ±5,9	3,4
t	0,33	0,09		0,37	0,73		0,88	2,16		0,89	1,59	

З результатів дослідження рівня силової підготовленості, що нами визначалося за допомогою виконання вправи «Підтягування та перекладині»

в юних футболістів та учнів КГ можемо відмітити, що у обстежуваних двох груп середні показники мають майже однакові значення ($t=0,33$, $p>0,05$). Середні показники виконання вправи «Підтягуванні на перекладині» становлять в хлопців ЕГ $7,7\pm 0,9$ разів, тоді як у хлопців КГ відмічаємо дещо кращий результат, а саме $8,1\pm 0,8$ разів.

Після застосування експериментальної методики тренувань в умовах функціонування шкільної секції з футболу, що передбачала й використання вправ для розвитку силових якостей ми відмічаємо групі футболістів показник підтягування на перекладині зріс на $7,8\%$ ($8,3\pm 0,8$ разів), а у хлопців КГ лише на $3,7\%$ ($8,4\pm 0,7$ разів). У кінцевому підсумку можемо відмітити, що за середнім показником на II етапі тестування вищі значення, але не достовірно властиві учням КГ, ніж юним футболістам ($t=0,09$, $p>0,05$) (Табл.1).

Швидкісно-силові якості у юних футболістів та учнів КГ ми визначали за виконанням вправи «Стрибок у довжину з місця». Під час I етапу обстеження нами показано відносно вищі середні показники розвитку швидкісно-силових якостей в учнів КГ, що становили $171,3\pm 4,7$ см, тоді як у юних футболістів - $168,8\pm 4,9$ см ($t=0,37$, $p>0,05$) (Табл.1.).

Під час II етапу дослідження ми відмічаємо приріст у показниках виконання вправи «Стрибок в довжину з місця» майже однаковий у обох групах. Так, у ЕГ футболістів приріст показника був на рівні $9,5\%$, у хлопців КГ на рівні - $4,9\%$. В групі юних футболістів середній показник стрибка в довжину з місця на II етапі обстеження становив, в середньому $184,8\pm 5,2$ см, а у хлопців КГ - $179,7\pm 4,7$ см ($t=0,73$, $p>0,05$) (Табл.1.).

Рівень розвитку швидкісних якостей у обстежуваних ми вивчали здійснювали за показником бігу на 60 м. На I етапі дослідження середній показник бігу на 60 м в учнів, які відвідували шкільну секцію з футболу становив $9,38\pm 0,06$ с, а в хлопців КГ контрольної групи - $9,46\pm 0,07$ с ($t=0,88$, $p>0,05$).

Після застосування додаткових завдань у футбольній секції з розвитку швидкісних якостей ми відмічаємо наступні результати. У ЕГ футболістів показник бігу на 60 м покращився на $5,8\%$, тоді як в хлопців КГ лише на $2,5\%$. Середні значення виконання тесту «Біг на 60 м» виявилися наступними: в футболістів ЕГ - $8,84\pm 0,06$ с, в хлопців КГ - $9,22\pm 0,06$ с. Тобто під час II етапу обстеження, зокрема як і на першому кращими показниками характеризувалися юні футболісти, а ніж хлопці КГ. Слід відмітити, що різниці у середніх показниках розвитку швидкісних якостей під час II етапу виявилися достовірними ($t=2,16$, $p<0,05$) (Табл.1).

Далі розглянемо результати дослідження швидкісної витривалості за виконанням вправи «Стрибки через скакалку за 1хв». З даних таблиці 1 видно, що вже під час I етапу обстеження відмічаються вищі показники в хлопців ЕГ (юні футболісти, які займаються у шкільній секції), порівняно з хлопцями КГ, відповідно: $155,4\pm 5,5$ разів та $148,1\pm 6,2$ разів ($t=0,89$, $p>0,05$) (Табл. 1.).

У юних футболістів за рік тренувань в шкільній секції з футболу відмічаємо зростання показника під час II етапу обстеження на $6,8\%$, а в хлопців КГ на $3,4\%$.

На II етапі дослідження виконання вправи «Стрибки через скакалку за 1 хв» у юних футболістів показник середньому становив $165,9 \pm 5,3$ разів, тоді як у хлопців КГ - $153,2 \pm 5,9$ разів ($t=1,59$, $p>0,05$)(Табл.1).

У таблиці 2 нами представлені дані тестування витривалості (біг на 2000 м), гнучкості (нахил тулуба вперед сидячи) та спритності (човниковий біг 4×9 м).

З результатів дослідження розвитку витривалості (біг на 2000 м) видно, що у обстежуваних ЕГ (футболісти) середні показники витривалості виявилися кращими, ніж у учнів, які окрім уроків фізичної культури спортивні секції не відвідували. Середні показники з бігу на 2000 м становлять у групі юних футболістів $540,5 \pm 14,9$ с, тоді як у хлопців КГ - $565,9 \pm 21,4$ с ($t=0,98$, $p>0,05$).

Таблиця 2.

Середні показники ($M \pm m$) рівня фізичної підготовленості учнів на першому (I) та другому (II) етапах обстеження /продовження/

Групи обстеження	Біг на 2000 м (с)			Нахили тулуба (см)			Човниковий біг 4×9 м (с)		
	I	II	%	I	II	%	I	II	%
ЕГ	$540,5 \pm 14,9$	$498,1 \pm 12,2$	7,8	$12,4 \pm 0,8$	$14,2 \pm 0,7$	14,5	$10,55 \pm 0,18$	$9,98 \pm 0,12$	5,4
КГ	$565,9 \pm 21,4$	$548,7 \pm 17,3$	3,0	$13,1 \pm 0,7$	$13,8 \pm 0,7$	5,3	$10,64 \pm 0,16$	$10,35 \pm 0,14$	2,8
t	0,98	2,38		0,66	0,41		0,41	2,05	

За рік відвідування шкільної секції з футболу ми відмічаємо суттєві зміни у показниках з бігу на 200 м у юних футболістів, зростання на 7,8 %. Крім цього слід відмітити, що показники за цей період також покращилися і у хлопців КГ, а лише на 3,0%. Середні показники бігу на 2000 м у групах обстеження становили в хлопців ЕГ (юні футболісти) $498,1 \pm 12,2$ с, в хлопців КГ $548,7 \pm 17,3$ разів. Можемо відмітити, що середній показник бігу на 2000 м юних футболістів ще більше випереджає аналогічний показник своїх однолітків, що футболом не займаються, і відвідували лише уроки фізичної культури ($t=2,38$, $p<0,05$)(Табл. 2).

Розвиток гнучкості ми визначали за виконанням вправи «Нахил тулуба вперед сидячи». Під час I етапу обстеження ми відмічаємо вищі показники розвитку гнучкості в хлопців КГ, а саме $13,1 \pm 0,7$ см, тоді як у групі юних футболістів (ЕГ) - $12,4 \pm 0,8$ см ($t=0,66$, $p>0,05$) (Табл. 2).

Під час II етапу ми відмічаємо суттєвий приріст середнього показника виконання цієї вправи у хлопців ЕГ (14,5%) порівняно з приростом середнього показника хлопців КГ (5,3%). У підсумку середні значення виконання тесту стали кращими у групі юних футболістів, і становили $14,2 \pm 0,7$ см, тоді як у хлопців КГ - $13,8 \pm 0,7$ см ($t=0,41$, $p>0,05$)(Табл. 2).

Вивчення рівня розвитку ще однієї фізичної якості, а саме спритності ми здійснювали за показником виконання тесту «Човниковий біг 4×9 м».

Під час I етапу обстеження середній показник човникового бігу 4×9 м у юних футболістів становив $10,55 \pm 0,18$ с, тоді як в хлопців КГ показник виявився дещо гіршим – $10,64 \pm 0,16$ с ($t=0,41$, $p>0,05$).

За рік відвідування шкільної секції з футболу ми відмічаємо суттєві зміни у показниках розвитку спритності. У ЕГ (юні футболісти) показник човникового бігу 4×9 м покращився на 5,4 %, а в хлопців КГ - на 2,8%. Середні значення виконання цього тесту у групах обстеження наступні: ЕГ на рівні $9,98 \pm 0,16$ с, КГ на рівні $10,35 \pm 0,14$ с ($t=2,05$, $p \leq 0,05$) Таким чином можемо відмітити, що середній показник під час II етапу обстеження, як і під час I етапу виявився вищим у групі юних футболістів, ніж в хлопців КГ, які футболу не займалася (Табл. 2).

Отже, можна відмітити, що за період функціонування шкільної секції з футболу ми спостерігаємо покращення показників розвитку фізичних якостей в ЕГ обстежуваних. За більшістю показників розвитку фізичних якостей юні футболісти випереджають своїх однолітків, які окрім уроків фізичної культури іншими видами спорту не займалися. Хоча на I етапі обстеження ми спостерігали приблизно рівні показники розвитку фізичних якостей у обох групах обстеження[4].

Висновки. Встановлено, що на I етапі обстеження відносно кращими показниками розвитку швидкісно-силових якостей, розвитку швидкісної витривалості, а також загальної витривалості та спритності характеризувалися юні футболісти. Середні показники силових, швидкісних якостей та гнучкості виявилися кращими в хлопців КГ. При здійсненні статистичного аналізу отриманих результатів нами не виявлено достовірних різниць у показниках фізичної підготовленості хлопців обох груп ($t=0,33-0,98$, $p>0,05$).

З'ясовано, що на II етапі дослідження відбувається приріст всіх показників, які вивчали у обох групах обстеження. За більшістю тестів нами виявлено кращі показники приросту в юних футболістів, які протягом року відвідували шкільну секцію з футболу, ніж у хлопців КГ, які окрім уроків фізичної культури інших спортивних секцій не відвідували, особливо за рівнем розвитку гнучкості (на 14,5%), швидкісно-силових якостей (на 9,5%), силових якостей (на 7,8%) та витривалості (на 7,8%).

Результати статистичного аналізу вказують, що середні показники рівня фізичної підготовленості юних футболістів за розвитком фізичних якостей у більшості випадків достовірно не відрізнялися від аналогічних показників хлопців КГ ($t=0,09-1,59$, $p>0,05$). Лише середні показники бігу на 60 м, човникового бігу 4×9 м та бігу на 2000 м обох груп на II етапі суттєво між собою відрізнялися ($t=2,16-2,38$, $p<0,05$).

Література:

1. Валькевич О. Розвиток швидкісно-силової підготовки у футболістів 13–14 років. *Молодіжний науковий вісник*. 2014. С.105-108. URL: <http://sportvisnyk.vnu.edu.ua/index.php/sportvisnyk/article/view/573/562>

2. Голяка С.К., Гетманська О.М., Мельничук О.В., Разуменко О.В. Стан фізичної підготовленості та працездатності учнів 14-15 років. *«Актуальні проблеми юнацького спорту»*. Матеріали науково-практичної конференції. Херсон, 2018. С.214-219. URL: <http://eKhSUIR.kspu.edu/handle/123456789/7339>

3. Коваленко Ю.О., Дорошенко І.Е. Вплив секційних занять із футболу на фізичний розвиток та функціональний стан старшокласників. *Вісник Запорізького національного університету. Фізичне виховання та спорт. №2, 2018. С.10-14.* URL: <http://journalsofznu.zp.ua/index.php/sport/article/view/792>

4. Левченчук О. А. Організаційно-методичні аспекти розвитку фізичних якостей учнів гімназій в умовах шкільної секції з футболу : кваліфікаційна робота на здобуття ступеня вищої освіти «магістр»; наук. керівник к.б.н., доцент С. К. Голяка – Херсон : ХДУ, 2020. – 49 с. URL: <http://ekhsuir.kspu.edu/123456789/12579>

5. Овчаренко С.В., Матяш В.В., Яковенко А.В. Засоби та методи розвитку фізичних якостей футболістів у річному циклі підготовки: методичні рекомендації. Дніпро: ПДАФКіС, 2019. 37 с. URL: <http://www.infiz.dp.ua/misc-documents/repozit/ZO-A1/A1-0000-32-C2-19.pdf>

6. Соколова О.В., Миленко В.М. Вплив секційних занять з футболу на фізичний стан дітей середнього шкільного віку. *Вісник Запорізького національного університету. Фізичне виховання та спорт. №1, 2017. С.91-97.* URL: <http://journalsofznu.zp.ua/index.php/sport/article/view/827/786>

7. Фізична культура в школі: 5-11 класи: методичний посібник / за заг. ред. С. М. Дятленка. Київ: Літера ЛТД, 2011. 368 с.

8. Хоркавий Б., Огерчук О., Колобич О. Особливості розвитку фізичних якостей юних футболістів за допомогою неспецифічних і специфічних засобів [Електронний ресурс]. *Спортивна наука України. 2017. № 2(78). С. 35-46.* URL: <http://sports-science.ldufk.edu.ua/index.php/snu/issue/archive>

References:

1. Valkevich, O. (2014) Rozvytok shvydkisno-sylovoii pidgotovky u futbolistiv 13-14 rokiv. [Development of speed and strength training in 13-14-year-old football players]. *Molodizhnyy naukovyy visnyk. - Youth scientific bulletin.* 105-108 [in Ukrainian]. URL: <http://sportvisnyk.vnu.edu.ua/index.php/sportvisnyk/article/view/573/562>

2. Holiaka, S.K., Hetmanska O.M., Melnychuk O.V. & Razumenko O.V. (2018) Stan fizychnoi pidgotovlenosti ta pracezdatnosti uchniv 14-15 rokiv. [The state of physical fitness and working capacity of students aged 14-15]. *Aktual'ni problemy yunats'koho sportu. Materialy naukovo-praktychnoi konferencii - Actual problems of youth sports". Scientific and practical materials. Conferences. Kherson. 214-219 [in Ukrainian]* URL: <http://eKhSUIR.kspu.edu/handle/123456789/7339>

3. Kovalenko, Yu.O. & Doroshenko, I.E. (2018) Vplyv sekciynyh zanyat iz futbolu na fizychnoyi rozvytok ta funktsionalnyi stan starshoklasnykiv. [The effect of sectional football classes on the physical development and functional state of high school students]. *Visnyk Zaporiz'koho natsional'noho universytetu. Fizychnye vyhovannya ta sport - Bulletin of Zaporizhzhya National University. Physical education and sports. 2. 10-14 [in Ukrainian]* URL: <http://journalsofznu.zp.ua/index.php/sport/article/view/792>

4. Levchenchuk, O.A. (2020) Organizaciyno-metodychni aspekty fizychnyh yakosteiv uchniv gimnaziy v umovah shkilnoi sekcii z futbolu. [Organizational and methodological aspects of the development of physical qualities of gymnasium students in the conditions of the school football section]. *Kvalifikaciyna robota na zdobuttya stupenia vyschoyi osvity «magistr»; nauk.kerivnyk k.b.n., docent S.K.Holiaka - qualification work for the degree of "master"; Science. Head Ph.D., Assoc. SK Holiaka. Kherson : KhSU, [in Ukrainian].* <http://ekhsuir.kspu.edu/123456789/12579>

5. Ovcharenko, S.V., Matyash, V.V. & Yakovenko, A.V. (2019) Zasoby ta metody rozvytku fizychnykh yakostey futbolistiv u richnomu cykli pidgotovky [Means and methods of developing the physical qualities of football players in the annual training cycle]. *Metodychni rekomendacii – Guidelines*. Dnipro : DSAPCS. 37 [in Ukrainian]. URL: <http://www.infiz.dp.ua/misc-documents/repozit/ZO-A1/A1-0000-32-C2-19.pdf>

6. Sokolova, O.V. & Mylenko, V.M. (2017) Vplyv sektsiynykh zanyat' z futbolu na fizychnyy stan ditey seredn'oho shkil'noho viku. [The effect of sectional football classes on the physical condition of middle school children]. *Visnyk Zaporiz'koho natsional'noho universytetu. Fizychna vyhovannya ta sport - Bulletin of Zaporizhzhya National University. Physical education and sports*. 1. 91-97 [in Ukrainian]. URL: <http://journalsofznu.zp.ua/index.php/sport/article/view/827/786>

7. Fizychna kultura v shkoli: 5-11 klasy. [Physical culture at school: 5-11 grades]. *Metodychnyi posibnyk - Methodological manual*. Kyiv, Litera LTD. 2011. 368. [in Ukrainian].

8. Hkorkavyi, B., Ogerchuk, O. & Kolobych, O. (2017) Osoblyvosti rozvytku fizychnykh yakostey yunyh futbolistiv za dopomogyu nespecefichnykh i specefichnykh zasobiv (elektonnyy resurs). [Peculiarities of the development of physical qualities of young football players with the help of non-specific and specific means (Electronic resource)]. *Sportyvna nauka Ukrainy - Sports science of Ukraine*. 2(78). 35-46 [in Ukrainian]. URL: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/issue/archive>