

ОКЛІЄВИЧ Назар

аспірант кафедри спортивно-педагогічних дисциплін,
Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника,

<https://orcid.org/0009-0001-3864-4341>

e-mail: oklinaz93@gmail.com

ПІТИН Мар'ян

доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор,
професор кафедри теорії спорту та фізичної культури
Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського,

<https://orcid.org/0000-0002-3537-4745>

e-mail: pityn7@gmail.com

ЯЦІВ Ярослав

кандидат педагогічних наук, професор,
професор кафедри спортивно-педагогічних дисциплін,
Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника,

<https://orcid.org/0000-0003-2474-0401>

e-mail: yatsiv64@gmail.com

ГНАТЧУК Ярослав

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання і спорту
Хмельницький національний університет

<https://orcid.org/0000-0001-9819-5069>

e-mail: hmatchuk_ya@ukr.net

ВПЛИВ ПРОГРАМИ ЗАНЯТЬ ЗІ СПРЯМОВАНИМ ВИКОРИСТАННЯМ ГРУПОВИХ ВЗАЄМОДІЙ НА ПОКАЗНИКИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ФУТБОЛІСТІВ ВІКОМ 6–7 РОКІВ

Спортивна підготовка юних футболістів потребує комплексного підходу, що включає паралельний розвиток різних сторін підготовленості. Мета: з'ясувати ефективність програми занять зі спрямованим використанням групових взаємодій та паралельним впливом на фізичну та технічну підготовку футболістів віком 6–7 років за показниками їхньої фізичної підготовленості. Методи: теоретичний аналіз та узагальнення даних наукової та методичної літератури, абстрагування, історичний метод, порівняння, педагогічне тестування, методи математичної статистики. Тривалість педагогічного експерименту становила один навчальний рік для ДЮСШ (з вересня 2024 по травень 2025 р). Експериментальним чинником було акцентоване застосування групових взаємодій зі спрямованістю на паралельний вплив на фізичну та технічну підготовленість спортсменів. До участі в ньому було залучено 73 спортсмени на етапі початкової підготовки (n=34 – контрольна та n=39 – експериментальна група, вік 6–7 років, м. Івано-Франківськ). Результати. На підставі вивчення даних фізичної підготовленості та їх динаміки упродовж педагогічного експерименту ми встановили, що використаний авторський методичний підхід до спрямованого застосування групових взаємодій з паралельним впливом на фізичну та технічну підготовленість футболістів-початківців віком 6–7 років засвідчив більш різнобічну фізичну підготовку спортсменів. Це проявлялося у покращенні результатів за більшою кількістю тестів ($p \leq 0,05$), в більшості випадків вищих статистично вірогідних значень підвищення результатів тестів ($p \leq 0,05$) та впливові на не лише провідні для футболістів фізичні якості (швидкісно-силові), але й на координаційні та спеціальну витривалість спортсменів в порівнянні з даними футболістів-початківців контрольної групи. Висновки. Авторський зміст навчально-тренувального процесу футболістів віком 6–7 років, що пов'язаний із застосуванням групових взаємодій зі спрямованістю на паралельний вплив на фізичну та технічну підготовленість довів більшу ефективність внаслідок різноманітного та акцентованого впливу на рівень підготовленості спортсменів.

Ключові слова: тестування, зміст, спрямованість, зміни, порівняння, система тренувань, етап початкової підготовки.

<https://doi.org/10.31891/pcs.2025.2.26>

1. ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ У ЗАГАЛЬНОМУ ВИГЛЯДІ ТА ЇЇ ЗВ'ЯЗОК ІЗ ВАЖЛИВИМИ НАУКОВИМИ ЧИ ПРАКТИЧНИМИ ЗАВДАННЯМИ

Формування різносторонньої
підготовленості футболістів віком 6–7 років є

ключовим етапом становлення їх спортивної майстерності. У ранньому віці відбувається активне формування базових рухових навичок. Цей період відповідає чутливому розвитку координаційних та швидкісних

здібностей, також формуються передумови для швидкісної витривалості, що може визначати їх подальшу спортивну кар'єру [1, 2, 3, 4].

Одним із перспективних методів удосконалення спортивної майстерності юних футболістів є спрямоване використання групових взаємодій, яке базується на спільному виконанні вправ, елементах командної гри та партнерських тренуваннях. Цей підхід дає змогу покращити не лише фізичну готовність гравців, але й їх тактичне мислення, навички комунікації та психологічну стійкість [5, 6, 7, 8].

2. АНАЛІЗ ОСТАННІХ ДОСЛІДЖЕНЬ І ПУБЛІКАЦІЙ

Обговорення підготовки юних футболістів отримало підтвердження у значній кількості наукових та науково-методичних праць [9, 10, 11, 12, 13]. Спортивна підготовка юних футболістів є складним багатокомпонентним процесом, який охоплює кілька ключових аспектів: спортивний відбір, технічну підготовку, розвиток координаційних здібностей і формування основ тактичної підготовленості.

Це підтверджено низкою наукових праць фахівців, присвячених **спортивному відбору** [1] та вказано на важливу роль саме на початкових етапах підготовки. Наголошено, що відбір допомагає ідентифікувати перспективних гравців, враховуючи фізичні та психологічні показники. Інші дослідження присвячені методиці навчання технічних прийомів [2] та спортивно-технічній підготовці [6], що покладені в основу для формування фундаментальних навичок футболіста та навчання техніці гри відповідно індивідуальних характеристик спортсменів (вік і можливості дітей тощо).

Фахівці наголошують, що особливу увагу слід приділяти **координаційним здібностям** [13], оскільки саме вони визначають якість виконання технічних ігрових дій. Крім того, в юному віці важливо формувати базові техніко-тактичні дії [4], що забезпечує ефективну взаємодію гравців під час матчу.

Опис підходів до побудови навчально-тренувального процесу значно відрізняються залежно від футбольної школи чи клубу [7, 11]. Одні моделі акцентують увагу на індивідуальному розвитку техніки, інші – на колективній грі та тактиці. Також

цікавий напрям представлений визначенням впливу інтерактивних завдань на тактичну підготовку [9]. Це дослідження показує, що використання інтерактивних методів дає змогу підвищити рівень розуміння гри серед юних футболістів, сприяючи швидкому прийняттю рішень під час матчу.

Таким чином, спортивна підготовка юних футболістів потребує комплексного підходу, що включає паралельний розвиток різних сторін підготовленості.

3. ФОРМУЛЮВАННЯ ЦІЛЕЙ СТАТТІ

Мета дослідження: з'ясувати ефективність програми занять зі спрямованим використанням групових взаємодій та паралельним впливом на фізичну та технічну підготовку футболістів віком 6–7 років за показниками їхньої фізичної підготовленості.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення даних наукової та методичної літератури, абстрагування, історичний метод, порівняння, педагогічне тестування, методи математичної статистики.

Організація дослідження: Для дослідження взято актуальну науково-методичну інформацію з проблематики змістового наповнення системи підготовки кваліфікованих юних футболістів в період перебування в дитячо-юнацьких спортивних школах.

Для вирішення мети було застосовано педагогічне тестування загальної фізичної підготовленості та залучено тести: «Присідання за 10 с», к-сть разів; «Ловіння лінійки», см; «Теплінг-тест ногами за 10 с», к-сть разів; «Нахил сидячи», см; «Стрибок у довжину», см; «Човниковий біг з перенесення тенісних м'ячиків», с; «Стрибки на скакалці за 30 с», к-сть разів; «Піднімання в сід за 30 с», к-сть разів; «Біг 15 м з місця», с. Загалом було запропоновано три контрольні зрізи підготовленості (на початку, в середині та по завершенні впровадження експериментальної програми навчально-тренувальних занять) [2, 14, 15].

Тривалість педагогічного експерименту становила один навчальний рік для ДЮСШ (з вересня 2024 по травень 2025 р). Експериментальним чинником було акцентоване застосування групових взаємодій зі спрямованістю на паралельний вплив на фізичну та технічну підготовленість спортсменів. До участі в ньому було залучено

73 спортсмени на етапі початкової підготовки (n=34 – контрольна та n=39 – експериментальна група, вік 6–7 років, м. Івано-Франківськ).

4. ВИКЛАД ОСНОВНОГО МАТЕРІАЛУ ДОСЛІДЖЕННЯ 3 ПОВНИМ

ОБҐРУНТУВАННЯМ ОТРИМАНИХ НАУКОВИХ РЕЗУЛЬТАТІВ

Для з'ясування однорідності груп (контрольної та експериментальної) між собою було узагальнено результати першого (вихідного) тестування фізичної підготовленості (табл. 1).

Таблиця 1

Показники фізичної підготовленості юних футболістів віком 6–7 років на першому контрольному зрізі

№ з/п	Тест	Показники			
		КГ (n=34)		ЕГ (n=39)	
		\bar{X}	σ	\bar{X}	σ
1	Присідання за 10 с, к-сть разів	9,71	1,43	10,08	1,33
2	Ловіння лінійки, см	31,53	11,74	32,00	10,35
3	Теплінг-тест ногами за 10 с, к-сть разів	28,24	3,35	28,10	3,62
4	Нахил сидячи, см	5,09	5,22	5,41	5,59
5	Стрибок у довжину, см	130,09	8,98	132,31	5,91
6	Човниковий біг з перенесення тенісних м'ячиків, с	10,84	0,22	10,91	0,21
7	Стрибки на скакалці за 30 с, к-сть разів	16,97	2,55	17,59	2,34
8	Піднімання в сід за 30 с, к-сть разів	14,21	1,18	14,08	1,16
9	Біг 15 м з місця, с	3,48	0,18	3,53	0,14

Визначення вихідного рівня підготовленості футболістів-початківців було необхідним для розуміння початкових відмінностей між спортсменами контрольної та експериментальної груп.

Віковий діапазон спортсменів, залучених до педагогічного експерименту є достатньо сприятливим до фізичних навантажень різного спрямування. Також варто враховувати, що футболісти перебувають на етапі початкової підготовки і до цього не у всіх був досвід систематичних тренувальних занять.

Тобто за умова якісної організації та тренувальних впливів певної спрямованості можна було очікувати позитивних змін як у представників контрольної групи (займалися за стандартною програмою занять) та експериментальної групи (одне тренування на тиждень передбачало комплекси вправ на основі групових взаємодій юних футболістів та спрямованість на паралельний вплив на фізичну та технічну підготовленість спортсменів).

На підставі застосування математико-статистичного опрацювання даних було з'ясовано, що на початковому контрольному зрізі підготовленості за показниками рівня розвитку фізичних якостей між футболістами-початківцями контрольної та

експериментальної груп суттєвих відмінностей не спостерігалось ($p > 0,05$).

Можна спостерігати, що найвищі значення переваги тієї чи іншої груп сягали 5,95% за результатами «нахилу сидячи». Також певні відмінності ($p > 0,05$) спостерігалися за результатами «присідання за 10 с» та «стрибки на скакалці за 30 с». У всіх інших випадках значення переваги однієї з груп були значно меншими (0,47–1,68%)

Таким чином засвідчено, що на вихідному етапі педагогічного експерименту (перший контрольне тестування) статистично вірогідної переваги жодної з груп футболістів-початківців не спостерігалось. Тобто групи були наближено однаковими за цими показниками.

На відміну від першого контрольного зрізу показників, важливого значення набувають дані отримані за результатами першого відтинку педагогічного експерименту.

Впровадження експериментальної програми дало підстави припустити, що вплив експериментальних чинників на рівень фізичної підготовленості позначився певними змінами.

Тому ми провели аналіз показників фізичної підготовленості у середині педагогічного експерименту (табл. 2)

Показники фізичної підготовленості юних футболістів віком 6–7 років на другому контрольному зрізі

№ з/п	Тест	Показники			
		КГ (n=34)		ЕГ (n=39)	
		\bar{X}	σ	\bar{X}	σ
1	Присідання за 10 с, к-сть разів	10,29	1,20	10,92	1,21
2	Ловіння лінійки, см	31,44	9,55	29,38	8,64
3	Теплінг-тест ногами за 10 с, к-сть разів	29,00	2,44	29,28	2,50
4	Нахил сидячи, см	6,24	4,65	6,74	4,67
5	Стрибок у довжину, см	135,09	7,06	136,10	5,00
6	Човниковий біг з перенесення тенісних м'ячків, с	10,78	0,17	10,76	0,15
7	Стрибки на скакалці за 30 с, к-сть разів	19,29	2,40	21,13	1,65
8	Піднімання в сід за 30 с, к-сть разів	15,59	0,97	15,62	0,98
9	Біг 15 м з місця, с	3,43	0,15	3,46	0,12

На підставі проведеного аналізу ми можемо констатувати, що відбулися позитивні зміни різного рівня як у представників контрольної групи, так і у футболістів-початківців експериментальної групи. Зазначимо, що за більшістю результатів тестів (8 з 9 показників) спостерігається переважання різного рівня результатів футболістів експериментальної групи.

Найбільші значення переваги футболістів віком 6–7 років спостерігалися в кількох тестах. Це «присідання за 10 с», «ловіння лінійки», «нахил сидячи», та «стрибки на скакалці за 30 с» в межах від 5,76 до 8,68%. Проте статистично вірогідного рівня вони досягли ми у випадку «присідання за 10 с» – 5,76%, $p=0,02$ та «стрибки на скакалці за 30 с» – 8,68%, $p<0,01$.

Таким чином засвідчено більш якісний вплив експериментальної програми на фізичну підготовленість футболістів віком 6–7 років у проявах швидкісно-силової та швидкісної витривалості.

Для інших результатів (тести «ловіння лінійки», «нахил сидячи») навіть за вищих відсоткових значень відмінностей рівень статистичної вірогідності не набув критичних значень ($p>0,05$). За рештою результатів відмінності узагалі перебували в незначних межах та становили 0,14–0,96% переваги при $p=0,17$ –0,45. Це не дало змоги нам говорити про вражений тренувальний вплив запропонованого науково-методичного підходу до спрямованого застосування

групових взаємодій з паралельним впливом на фізичну та технічну підготовленість юних футболістів.

За результатами усього педагогічного експерименту ми також з'ясували динаміку показників фізичної підготовленості футболістів віком 6–7 років. Наголосимо, що у науково-методичній літературі рівень фізичної підготовленості на перших роках занять футболістами, й не лише ним, а загалом спортивними іграми, вважається одним з чинників формування спортивної майстерності [4. 6, 7].

Більшість фахівців одностайні у тому, що лише за набуття спортсменом-початківцем оптимального рівня розвитку провідних для виду спорту фізичних якостей, можна переходити до вивчення системоутворювальних технічних елементів. Тобто, наприклад, у випадку ведення м'яча важливими є рівень розвитку швидкісних якостей та координаційних здібностей тощо.

Таким чином, по завершенню педагогічного експерименту, що тривав у межах завершеного циклу підготовки футболістів-початківців ми спостерігали певні зміни рівня фізичної підготовленості (табл. 3). Враховуючи, що експериментальна програма не була вузько спрямована на розвиток фізичних якостей, а більше орієнтувалася на технічну підготовку та забезпечення оптимального підґрунтя для її підвищення, можна засвідчити достатньо якісний вплив експериментального чинника.

Показники фізичної підготовленості юних футболістів віком 6–7 років на третьому контрольному зрізі

№ з/п	Тест	Показники			
		КГ (n=34)		ЕГ (n=39)	
		\bar{X}	σ	\bar{X}	σ
1	Присідання за 10 с, к-сть разів	10,79	1,18	11,36	1,23
2	Ловіння лінійки, см	29,71	7,25	25,97	5,62
3	Теплінг-тест ногами за 10 с, к-сть разів	29,65	2,30	30,56	1,97
4	Нахил сидячи, см	7,71	3,94	7,69	4,11
5	Стрибок у довжину, см	138,32	6,76	141,03	4,32
6	Човниковий біг з перенесення тенісних м'ячків, с	10,65	0,16	10,60	0,18
7	Стрибки на скакалці за 30 с, к-сть разів	21,97	1,81	24,49	1,62
8	Піднімання в сід за 30 с, к-сть разів	17,82	1,22	18,18	1,03
9	Біг 15 м з місця, с	3,36	0,14	3,41	0,13

За підсумками реалізації педагогічного експерименту ми констатували статистично вірогідне покращення середньогрупових результатів та переваги футболістів-початківців експериментальної над контрольною групою у п'яти з дев'яти тестах ($p \leq 0,05$).

Звернемо увагу, що суттєву перевагу за підсумками річного етапу підготовки футболістів віком 6–7 років експериментальної групи продемонстрували у таких тестах: «присідання за 10 с», «ловіння лінійки», «теплінг-тест ногами за 10 с», «стрибок у довжину» та «стрибки на скакалці за 30 с». У відсотковому співвідношенні статистично вірогідна перевага результатів футболістів експериментальної групи становила від 3,00 до 14,37% (p від $<0,001$ до $=0,04$).

За специфікою м'язової діяльності перевага футболістів-початківців локалізувалася в проявах швидкісно-силових якостей. Можна припустити, що використання в експериментальній програмі більше групових взаємодій сприяло більшому функціональному навантаженню саме на ці прояви фізичних якостей. Окрім цього, наголосимо, що здебільшого реалізація групових взаємодій забезпечувалася вправами ігрового та змагального характеру. Вони, своєю чергою, вимагали від спортсменів більшої кількості рухових дій із різкою зміною напрямку руху, переміщенням з елементами непередбачуваності, забезпечення переваги у рухових взаємодіях тощо.

За рештою результатів тестів щодо фізичної підготовленості футболістів-початківців ми не виявили статистично

вірогідних переваг однієї з груп. Хоча в більшості випадків перевага ($p > 0,05$) була на користь представників саме експериментальної групи (0,18–1,96%, $p = 0,05–0,49$). Відсутність сформованої переваги за показниками фізичної підготовленості за підсумками усього педагогічного експерименту у низці тестів можна пояснити кількома чинниками. По-перше, обидві групи займалися за сформованою та перевіреною програмою навчально-тренувальних занять, а відмінності становили близько 30% часу для вирішення основних завдань підготовки (без впливів у межах підготовчої та заключної частин заняття). Тому покращення показників є очікуваним для представників обох груп футболістів-початківців. По-друге, до дослідження залучено футболістів-початківців, які відносно нещодавно розпочали систематичні тренувальні заняття. Систематичність та ґрунтовність впливу тренувальних навантажень на організм хлопчиків віком 6–7 років безперечно позитивно впливають на рівень фізичної підготовленості. По-третє результати в яких не були сформовані статистично вірогідні відмінності стосуються проявів фізичних якостей, які більшою мірою відповідають на тренувальні навантаження (гнучкість та координаційні здібності або є більш консервативними (швидкісні якості)).

5. ВИСНОВКИ З ДАНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ І ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ РОЗВІДОК У ДАНОМУ НАПРЯМКУ

За умов статистично вірогідного позитивного впливу програм тренувань

різного методичного спрямування усередині груп спортсменів, спостерігається вищий позитивний ефект за більшістю тестів з фізичної підготовки. На підставі вивчення даних фізичної підготовленості та їх динаміки упродовж педагогічного експерименту ми встановили, що використаний авторський методичний підхід до спрямованого застосування групових взаємодій з паралельним впливом на фізичну та технічну підготовленість футболістів-початківців віком 6–7 років засвідчив більш різнобічну фізичну підготовку спортсменів. Це проявлялося у покращенні результатів за

більшою кількістю тестів ($p \leq 0,05$), в більшості випадків вищих статистично вірогідних значень підвищення результатів тестів ($p \leq 0,05$) та впливові на не лише провідні для футболістів фізичні якості (швидкісно-силові), але й на координаційні та спеціальну витривалість спортсменів в порівнянні з даними футболістів-початківців контрольної групи.

Перспективи подальших досліджень передбачають вивчення особливостей змін інших показників підготовленості футболістів віком 6–7 років за наслідками педагогічного експерименту.

Література

1. Дулібський А. Особливості спортивного відбору на етапі початкової підготовки і спеціалізованого навчання грі в футбол. Фізична культура спорт та здоров'я нації : зб. наук пр. Вінниця, 2020. Вип 9, № 28. С. 168–177.
2. Карпа, І., Сухнацький, М., Лобасюк, В., & Гурський, А. (2024). Методика навчання технічних прийомів юних футболістів на етапі попередньої базової підготовки. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15, (3(175)), 108-113. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3\(175\).19](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3(175).19)
3. Авраменко В. Г., Гончаренко В. І., Джус О. М., Костюкевич В. М., Ніколаєнко В. В. Футбол: навчальна програма для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ. Київ, 2003. 106 с.
4. Булич О., Наумчук В. Педагогічні умови формування техніко-тактичних дій юних футболістів на етапі початкової підготовки. Сучасні тенденції розвитку фізичної культури, спорту, фізичної терапії та ерготерапії: зб. тез доп. II наук.-практ. семінару студ., аспірантів і молодих вчених. 2022. С. 7–8.
5. Кузьменко С., Скрипка І. Історичний аспект підготовки футболістів груп початкової підготовки. Олімпійський та паралімпійський спорт. 2023, № 3. С. 23–26. DOI 10.32782/olimpstu/2023.3.5
6. Гордієнко П. Ю. Спортивно-технічна підготовка юних футболістів. Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка : педагогічні науки . 2019. №4 (327). Ч. 1. С. 156-165.
7. Ніколаєнко В. Організаційно методичні підходи до побудови навчально-тренувального процесу на етапі початкової підготовки футболістів: порівняльний аналіз. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. 2014. № 1 (25). С. 76–80.
8. Оклієвич Н. О., Яців Я. М., Пітин М. П., Дедишин І. М. Наукове обґрунтування компонентів системи підготовки кваліфікованих футболістів різних вікових груп: теоретичний аналіз. OLYMPICUS. 2024. №3. С. 101-111. DOI <https://doi.org/10.24195/olympicus/2024-3.14>
9. Nakonechnyi R., Khimenes Kh., Antonov S., Pityn M., Zadorozhna O., Karpa I. Effectiveness of interactive tasks in tactical training of 11-12-year-old football players. Journal of Physical Education and Sport. 2023, Vol. 23 (issue 8), 254, pp. 2220 – 2229. DOI:10.7752/jpes.2023.08254
10. Лубашев І., Чхайло М. Технічна підготовка футболістів 8–9 років. Актуальні питання підготовки спортсменів в олімпійських і неолімпійських видах спорту : матеріали I Всеукраїнської науково-практичної конференції. Суми : СумДПУ імені А.С.Макаренка, 2021. С. 97-102.
11. Наконечний Р., Хіменес Х. Порівняльна характеристика підходів до підготовки футболістів на етапі попередньої базової підготовки в футбольних організаціях Львова. Спортивні ігри, 2023. 4(30), С. 24–35. <https://doi.org/10.15391/si.2023-4.03>
12. Шевченко А. Ю., Бойченко С. В. Структура і зміст процесу підготовки юних футболістів на етапі початкової підготовки. Науковий часопис НПУ імені М.П.Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : [зб. наук. пр.]. Вип. 6(49). 2014. С.146-155.
13. Яворська, Т. Є., Денисовець, Д. А., Філіна, В. А. Методика розвитку координаційних здібностей юних футболістів на початковому етапі тренування. Спортивна наука. 2018. С. 116–123.
14. Пітин М., Артим'юк Н. Технічна підготовленість футболістів на етапі початкової підготовки. Фізична активність, здоров'я і спорт: наук. журнал. Львів: ЛДУФК, 2011. № 1 (3). С. 33–40.
15. Радченко О. В., Чиж А. Г., Констанкевич В. П. Показники технічної підготовленості футболістів на етапі початкової підготовки. Спортивні ігри, № 1 (23) 2022. С. 43–55. <https://doi.org/10.15391/si.2022-1.05>

References

1. Dulibskiy, A. (2020). Osoblyvosti sportyvnoho vidboru na etapi pochatkovoї pidhotovky i spetsializovanoho navchannia hri v futbol [Features of sports selection at the initial training stage and specialized football training]. *Fizychna kultura, sport ta zdorovia natsii*, 9(28), 168–177.

2. Karpa, I., Sukhnatskyi, M., Lobasiuk, V., & Gurskyi, A. (2024). Metodyka navchannia tekhnichnykh pryiomiv yunykhn futbolistiv na etapi poperednoi bazovoi pidhotovky [Methodology for teaching technical techniques to young football players at the preliminary basic training stage]. *Naukovyi chasopys Ukrainoho derzhavnogo universytetu imeni Mykhaila Drahomanova*, 15(3(175)), 108–113. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3\(175\).19](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3(175).19)
3. Avramenko, V. H., Honcharenko, V. I., Dzhus, O. M., Kostiukevych, V. M., & Nikolenko, V. V. (2003). *Futbol: Navchalna programa dlia DYuSSh, SDYuShOR, SHVSM* [Football: Educational program for youth sports schools]. Kyiv.
4. Bulich, O., & Naumchuk, V. (2022). Pedahohichni umovy formuvannia tekhniko-taktychnykh dii yunykhn futbolistiv na etapi pochatkovoї pidhotovky [Pedagogical conditions for the formation of technical-tactical actions of young football players at the initial training stage]. *Suchasni tendentsii rozvytku fizychnoi kultury, sportu, fizychnoi terapii ta erhoterapii*, 7–8.
5. Kuzmenko, S., & Skrypka, I. (2023). Istorychnyi aspekt pidhotovky futbolistiv hrup pochatkovoї pidhotovky [Historical aspect of football players' preparation in initial training groups]. *Olimpiiskyi ta parolimpiiskyi sport*, (3), 23–26. <https://doi.org/10.32782/olimpstu/2023.3.5>
6. Hordiienko, P. Yu. (2019). Sportyvno-tekhnichna pidhotovka yunykhn futbolistiv [Sports-technical preparation of young football players]. *Visnyk Luhanskoho natsionalnogo universytetu imeni Tarasa Shevchenka: Pedahohichni nauky*, 4(327), 156–165.
7. Nikolaenko, V. (2014). Orhanizatsiino-metodychni pidkhody do pobudovy navchalno-trenovalnogo protsesu na etapi pochatkovoї pidhotovky futbolistiv: porivnialnyi analiz [Organizational and methodological approaches to the construction of the training process at the initial training stage for football players: A comparative analysis]. *Fizychna vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi*, 1(25), 76–80.
8. Okliievych, N. O., Yatsiv, Ya. M., Pityn, M. P., & Dedyshyn, I. M. (2024). Naukove obgruntuvannia komponentiv systemy pidhotovky kvalifikovanykh futbolistiv riznykh vikovykh hrup: teoretychnyi analiz [Scientific justification of the components of the training system for qualified football players of different age groups: A theoretical analysis]. *OLYMPICUS*, (3), 101–111. <https://doi.org/10.24195/olympicus/2024-3.14>
9. Nakonechnyi, R., & Khimenes, Kh. (2023). Porivnialna kharakterystyka pidkhodiv do pidhotovky futbolistiv na etapi poperednoi bazovoi pidhotovky v futbolnykh orhanizatsiakh Lvova [Comparative characteristics of approaches to training football players at the preliminary basic training stage in Lviv football organizations]. *Sportyvni ihry*, 4(30), 24–35. <https://doi.org/10.15391/si.2023-4.03>
10. Lubashev, I., & Chkhailo, M. (2021). Tekhnichna pidhotovka futbolistiv 8–9 rokiv [Technical training of football players aged 8–9 years]. *Aktualni pytannia pidhotovky sportsmenu v olimpiiskykh i neolimpiiskykh vydakh sportu*, 97–102.
11. Nakonechnyi, R., Khimenes, Kh., Antonov, S., Pityn, M., Zadorozhna, O., & Karpa, I. (2023). Effectiveness of interactive tasks in tactical training of 11–12-year-old football players. *Journal of Physical Education and Sport*, 23(8), 2220–2229. <https://doi.org/10.7752/jpes.2023.08254>
12. Shevchenko, A. Yu., & Boichenko, S. V. (2014). Struktura i zmist protsesu pidhotovky yunykhn futbolistiv na etapi pochatkovoї pidhotovky [Structure and content of the training process of young football players at the initial training stage]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M.P. Drahomanova. Seriiia 15: Naukovopedahohichni problemy fizychnoi kultury*, 6(49), 146–155.
13. Yavorska, T. Ye., Denysovets, D. A., & Filina, V. A. (2018). Metodyka rozvytku koordynatsiinykh zdibnostei yunykhn futbolistiv na pochatkovomu etapi trenuvannia [Methodology for developing coordination abilities of young football players at the initial stage of training]. *Sportyvna nauka*, 116–123.
14. Pityn, M., & Artim'iuk, N. (2011). Tekhnichna pidhotovlenist futbolistiv na etapi pochatkovoї pidhotovky [Technical readiness of football players at the initial training stage]. *Fizychna aktyvnist, zdorovia i sport*, 1(3), 33–40.
15. Radchenko, O. V., Chyzh, A. G., & Konstankevych, V. P. (2022). Pokaznyky tekhnichnoi pidhotovlenosti futbolistiv na etapi pochatkovoї pidhotovky [Indicators of technical readiness of football players at the initial training stage]. *Sportyvni ihry*, 1(23), 43–55. <https://doi.org/10.15391/si.2022-1.05>

Abstract

OKLIIEVYCH Nazar

Vasyl Stefanyk Precarpathian National University

PITYN Maryan

Ivan Boberskyi Lviv State University of Physical Culture

YATSIV Yaroslav

Vasyl Stefanyk Precarpathian National University

HNATCHUK Yaroslav

Khmelnyskyi National University

THE IMPACT OF A TRAINING PROGRAM UTILIZING DIRECTED GROUP INTERACTIONS ON THE PHYSICAL FITNESS INDICATORS OF 6–7-YEAR-OLD FOOTBALL PLAYERS

*The athletic development of young football players requires a comprehensive approach that includes the parallel development of various aspects of preparedness. **Objective:** To determine the effectiveness of a training program that utilizes directed group interactions and has a parallel impact on the physical and technical preparation of 6–7-year-old football players based on their physical fitness indicators. **Methods:** Theoretical analysis and synthesis of scientific and methodological literature, abstraction, historical method, comparison, pedagogical testing, and methods of mathematical*

statistics. The duration of the pedagogical experiment was one academic year for the Youth Sports School (from September 2024 to May 2025). The experimental factor was the targeted application of group interactions with an emphasis on the parallel impact on the physical and technical training of athletes. A total of 73 athletes at the initial training stage participated ($n=34$ – control group and $n=39$ – experimental group, ages 6–7, Ivano-Frankivsk, Ukraine). **Results:** Based on the analysis of physical fitness data and its dynamics throughout the pedagogical experiment, we established that the implemented methodological approach of directed group interactions with a parallel impact on the physical and technical preparedness of beginner football players aged 6–7 demonstrated more comprehensive physical development in athletes. This was evident in improved results across a greater number of tests ($p \leq 0.05$), with statistically significant improvements in most cases ($p \leq 0.05$), as well as effects not only on key physical attributes for football players (speed-strength qualities) but also on coordination and special endurance compared to the data from beginner football players in the control group. **Conclusions:** The proposed training content for 6–7-year-old football players, which incorporates group interactions aimed at parallel influence on physical and technical training, proved to be more effective due to its diverse and targeted impact on athletes' fitness levels.

Keywords: testing, content, direction, changes, comparison, training system, initial preparation stage.

Стаття надійшла до редакції / Received 09.05.2025

Прийнята до друку / Accepted 14.06.2025