

Министерство образования и науки Российской Федерации
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра спортивных игр

«АНАЛИЗ ТЕХНИКИ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ПЕРЕДАЧАМ И
УДАРАМ МЯЧА ПО ВОРОТАМ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ»

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студента 4 курса 403 группы

направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование
профиль «Физическая культура»

Института физической культуры и спорта

Котюх Дмитрия Витальевича

Научный руководитель

старший преподаватель

подпись, дата

О.В. Дергунов

Заведующий кафедрой

кан. фил. наук, доцент

подпись, дата

Р.С. Данилов

Саратов 2018

Введение

Стремительное развитие спорта высших достижений определяет необходимость адекватного развития системы подготовки спортивного резерва, которая напрямую связана с эффективностью работы детских спортивных школ различных видов и типов.

Футбол был и остается самым массовым видом спорта в нашей стране, но при этом, по данным исследований В.Г. Бауэра продуктивность работы детских спортивных учреждений, занимающихся подготовкой футболистов высокой квалификации, остается весьма низкой.

Подтверждением данному факту могут служить неудачи национальной и юношеской сборных команд страны в крупнейших международных соревнованиях по футболу, наблюдаемые в последние годы, и при этом в области детско-юношеского футбола защищено более 120 диссертационных работ, посвященных различным аспектам теории и методике подготовки резервов.

Одна из причин сложившегося положения видится в том, что современные достижения спортивной науки не всегда находят должное отражение в практической работе детских тренеров, на что указывает хотя бы тот факт, что последняя учебная программа для спортивных школ по футболу была издана давно. Другая кроется в необходимости поиска новых путей, оптимизации подготовки, обеспечиваемой не столько за счет качественного изменения самой системы, сколько за счет поиска ее внутренних резервов.

Актуальность исследования - заключается в том, что для успешного обучения в спортивной школе и подготовки техничного футболиста важную роль играет знание о физическом состоянии мальчиков. Физическое состояние включает в себя степень развития двигательных способностей и состояния здоровья. Наличие достоверной информации дает возможность

тренеру правильно планировать нагрузки, виды нагрузки, а так же оптимальность соотношения между направленностью различных видов нагрузки.

Проблема исследования заключается в системе подготовки юных футболистов в совершенствовании организации учебно-тренировочного процесса на основе учета особенностей структуры двигательных способностей, психического и морфофункционального состояния спортсменов, уровня технико-тактического мастерства индивида.

Командные спортивные игры, включая футбол, отличаются тем, что основной объем нагрузок, выполняемых в тренировочном процессе, носят специализированный характер, а в качестве приоритетных средств подготовки используются групповые и командные упражнения игрового характера.

Объект исследования - учебно-тренировочный процесс в спортивной школе на тренировочных занятиях.

Предмет исследования - двигательные способности 9-11 летних футболистов и их комплексная оценка.

Цель исследования - заключается в анализе техники и методика обучения передачам и ударам по воротам юных футболистов.

Для достижения данной цели были поставлены следующие **задачи**:

1. Изучить анатомо-физиологические и психолого-педагогические особенности мальчиков 9-11 лет;
2. Проанализировать влияние физических упражнений на организм юных футболистов;
3. Изучить систему подготовки футболистов;
4. Провести анализ техники ударов мячом по воротам;
5. Разработать программу и выявить влияние физической нагрузки и развития тактики мышления на технику влияния ударов мячом по воротам.

В качестве гипотезы выдвигается предположение, что эффективность тренировок будет обеспечена, если: определена динамика развития

физических способностей; правильно подобрана методика специальных физических упражнений с учетом возраста футболистов.

Проблемой физической подготовки подростков наиболее активно занимались В.П. Филин, М.Я. Набатникова, В.М. Зациорский, В.Н. Платонов и другие исследователи. Новое направление исследований, основанное на компьютерном имитационном моделировании, развивают сотрудники ПНИЛ РГУФК под руководством В.Н. Селуянова.

В работе использованы следующие **методы исследования**:

1. Анализ и обобщение научно-методической литературы;
2. Педагогический эксперимент;
3. Опрос и наблюдение;
4. Контрольно-исследовательские испытания.

Отмечаемое специалистами отставание в технике владения мячом отечественных футболистов от лучших зарубежных, требует внедрения в практику новых, научно-обоснованных подходов к построению тренировки игроков, начиная с начальных этапов многолетней подготовки.

Существует перечень учебных программ и учебно-методической литературы по футболу для училищ олимпийского резерва, детско-юношеских спортивных школ. Так что, приводя ребенка в спортивную школу, вы можете быть уверены, что заниматься с ним будут по методикам, специально разработанным для данного вида спорта, с учетом возрастных и физических особенностей.

Исследование было проведено на базе ПФК «Сокол». Работа состоит из введения, двух глав, заключения и приложений, общий объем работы 58 страниц.

Основное содержание работы

В данной работе рассматривается проблема обучения техники ударов и передач у юных футболистов 9-11 лет. Исследование проводилось на базе ПФК «Сокол», г.Саратов.

Управление тренировочным процессом предполагает изучение различных сторон подготовленности футболистов для того, чтобы организовать подготовку на последующих этапах в соответствии с индивидуальными особенностями игроков.

Из этого следует, что всесторонняя информация о технико-тактической и специальной физической подготовленности футболистов, поступающая к тренеру с помощью средств и методов этапного, текущего и оперативного контроля, может быть очень полезной для получения хороших результатов при развитии ударных и пасовых способностей. А, это предполагает умение грамотно использовать широкий арсенал специальных упражнений, направленных на преимущественное развитие тех или иных компонентов специальной подготовленности игроков; рационально комплектовать различные упражнения и режимы их практической реализации в соответствии с конкретными целями и задачами подготовки футболистов в разных структурных образованиях тренировочного процесса.

В данной работе рассматривается проблема обучения техники ударов и передач у юных футболистов 9-11 лет.

Управление тренировочным процессом предполагает изучение различных сторон подготовленности футболистов для того, чтобы организовать подготовку на последующих этапах в соответствии с индивидуальными особенностями игроков.

Цель исследования - разработать комплекс упражнений, который максимально эффективно будет реализовываться при обучении ударов и передач юных футболистов.

В начале исследования были проведены тесты, которые показали текущие результаты при выполнении футбольных приемов на точность ударов по воротам, а также передачи мяча. Затем ребята в течение определенного времени выполняли комплекс упражнений на развитие ударных и пасовых способностей. После чего были повторно проведены те же самые тесты.

По результатам было видно, насколько выполнение предложенных упражнений повлияло на развитие ударных и пасовых способностей у юных футболистов.

Для выполнения поставленной задачи было отобрано 18 юных футболистов в возрасте 9-11 лет.

В связи с тем, что у каждого футболиста одна нога является основной при ударе, то соответственно, она сильнее другой, поэтому выполнение ударов и передач будет фиксироваться отдельно для каждой из ног.

Для проверки точности удара разделим ворота на три равные части. Футболист должен с расстояния 11 метров попасть в каждую из частей; даны 9 попыток по 3 на каждый участок ворот. Удары будут наноситься серединой подъема и внутренней частью стопы.

Полученные результаты наглядно показывают уровень технического развития юных футболистов в таких направлениях, как удары по воротам и передачи мяча.

Следующий этап нашего исследования - создание комплекса упражнений, оптимально подходящего для развития ударных и пасовых способностей.

Тренировочное занятие является узловым структурным элементом процесса тренировки. В зависимости от сочетания и подбора средств подготовки различают занятия избирательной и комплексной направленности.

Срок нашей работы составляет несколько месяцев, по истечению которого были проведены повторные тесты.

Во втором цикле все внимание уделяется непосредственно развитию ударных и пасовых способностей у юных футболистов.

Тренировочное время - полтора-два часа. Упражнения носят разный характер, как игровой, так и обучение отдельных приемов нанесения ударов и выполнение передач.

Точность и сила полета мяча зависит от постановки удара у футболиста. Это качество прививается с раннего возраста. Поэтому стоит уделить особое внимание отработки способов нанесения ударов.

Как известно, есть много вариантов ударов и каждому из них следует уделить отдельное внимание.

Удары по мячу ногой составляют основу техники игры в футбол. По способу выполнения они подразделяются на удары внутренней и внешней сторонами стопы, серединой, внутренней и внешней частями подъема, носком, пяткой. Однако, приведенная последовательность вовсе не означает, что сначала разучивается только один способ, а когда он доводится до совершенства, тогда только приступают к освоению следующего. Изучение

приема следует начинать с выполнения его сильнейшей ногой. После этого, как правило, легче перейти к выполнению его слабейшей ногой. Можно рекомендовать следующую методическую последовательность при разучивании каждого способа ударов по мячу ногами: удары по неподвижному мячу с места, удары по неподвижному мячу с шага (при этом в первую очередь обращается внимание на правильный подход к мячу, правильную постановку опорной и бьющей ноги в момент удара), удары по неподвижному мячу с разбега, удары по летящему мячу с места и разбега. При разучивании ударов следует учитывать и следующее требование: сначала необходимо обращать внимание на правильное техническое выполнение приема, а после того как будет освоен прием, нужно работать над точностью ударов, а лишь затем - над силой ударов.

Помимо всех этих способов, в любой тренировке даются игровые упражнения. Прежде всего, это всевозможные квадраты.

Статические квадраты - 4-2, 5-2, 6-3. Смысл в следующем: несколько человек в квадрате должны отобрать мяч у других. Обычно передачи отдаются в одно, в два касания.

Подвижные квадраты - футболисты делятся на две команды и играют в футбол, без ворот, в одно касание 10 минут, в два касания 10, и произвольное касание, тоже 10 минут.

В конце практической каждой тренировки игроки, разделившись поровну на две команды, играют двухстороннюю игру, без ограничения касания.

Игровые упражнения хорошо развивают сразу несколько качеств юного футболиста. Помимо практики ударных и пасовых способностей, игрок учится мыслить на поле, оценивая ситуацию, мгновенно принимать решения.

Заключительной стадией развития ударных и пасовых способностей юного футболиста является игровая практика.

Проводится ряд товарищеских матчей, где, собственно, игроки, в реальных условиях, смогут реализовать свое умение. Ведь можно сколько угодно отрабатывать все технические приемы передач, ударов, ведения мяча, но конечным итогом всей подготовки становится игра.

В конце нашего исследования были проведены повторные тесты, которые охарактеризовали, насколько продуктивным оказался предложенный комплекс упражнений для развития ударных и пасовых способностей для юных футболистов.

Заключение

Подводя итог вышеизложенному, можно сказать, что проблема планирования и контроля тренировочных занятий в детско-юношеском футболе изучена достаточно досконально, хотя в практической работе тренеров результаты современных научных разработок пока не получили

должного внедрения. Данный факт подтверждается анализом существующих учебных программ для спортивных школ.

Практически, ни в одной из программ при рассмотрении нагрузок различной направленности, не отражены педагогические параметры выполняемых упражнений, что, естественно, не позволяет управлять срочным тренировочным эффектом, предлагаемых средств подготовки.

Это ставит тренера-практика в условия, когда возможности возрастной дифференцировки многолетней подготовки юных футболистов, в известной степени, ограничен.

Как правило, работая с одним и тем же контингентом юных спортсменов от этапа начальной подготовки до спортивного совершенствования, тренер не вооружен современной технологией планирования тренировочных нагрузок. Отсюда, возможны ошибки в построении нагрузок, направленных на развитие ударных и пасовых способностей у юных футболистов и на совершенствование двигательных способностей на отдельных этапах подготовки.

В то же время, убедительно доказано, что без должного уровня развития двигательных качеств невозможно адекватное совершенствование технико-тактического мастерства юных футболистов, причем, и взрослых тоже.

Исследования механизма формирования ударных движений у юных футболистов позволили установить следующее. Во всех изучаемых возрастных группах, юные футболисты, отличающиеся более высоким уровнем физического развития по отношению к своим сверстникам, нуждаются в индивидуализации обучения их точностным ударным движениям. Это обусловлено тем, что при обучении ударному движению, уровень физического развития опережает формирование координационных механизмов. Поэтому, при обучении точностным ударным движениям футболистов должны использоваться упражнения, направленные на стабилизацию ударных движений, выполняемых в упрощенных условиях, и

на формирование навыка правильного ударного движения бьющей ноги. В этом возрасте применение упражнений, направленных на увеличение показателей физической подготовленности, способствует повышению точности ударных движений

Функциональная подготовка юных футболистов - составная часть подготовки, ориентированная на создание специальной основы адаптации организма, необходимой для эффективного выполнения больших объемов учебно-тренировочной работы по развитию специальных двигательных качеств и навыков. В методику функциональной подготовки следует включать как традиционные (упражнения по физической, технико-тактической подготовке), так и нетрадиционные (эргометрические) средства. При этом последние обеспечивают существенный прирост работоспособности.

Из этого следует, что для максимально эффективного развития ударных и пасовых способностей юного игрока нужно брать комплекс упражнений и чередовать технические приемы с физической нагрузкой. Конечно, большее внимание стоит уделять упражнениям на выполнение ударов и передач мяча, чтобы уже в раннем возрасте у футболиста закладывался фундамент, необходимый для того, чтобы вырасти в, действительно, первоклассного мастера. Также не следует забывать и о постоянном медицинском контроле. Ведь футбол - это такая игра, в которой все взаимосвязано и небольшой огрех, в одном составляющем, может привести к плачевному результату.