

Министерство образования и науки Российской Федерации

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н.Г.ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра спортивных дисциплин

**«ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ФУТБОЛИСТОВ С
ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ УПРОЩЕННЫХ ИГР НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ
ПОДГОТОВКИ»**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студента 5 курса 511 группы
направление подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование»
профиль «Физическая культура»

Институт физической культуры и спорта

Захарова Максима Сергеевича

Научный руководитель

Ассистент

подпись, дата

И.А. Глазырина

Зав. кафедрой

кандидат педагогических наук, доцент

подпись, дата

В.Н. Мишагин

Саратов 2018

Введение

Подготовка спортсменов в футболе, как и во многих командных видах спорта, это многолетний и трудоёмкий путь, состоящий из четырех основных разделов обучения: физическая подготовка, техническая подготовка, тактическая подготовка, и психологическая подготовка.

На протяжении всего обучения и развития спортсмена, все виды подготовки развиваются неравномерно, учитывая возрастные и физиологические особенности, на каждый этап подготовки. Каждый из этих разделов, на отдельных этапы подготовки, где-то является более, а где-то менее приоритетным.

Актуальность данной темы не вызывает сомнения, потому как техническая подготовка имеет приоритет на начальном этапе подготовки, и играет ведущую роль. На данном этапе это процесс, в котором, изучаются те или иные технические приемы и главное, их эффективное применение в игровых ситуациях.

От умения эффективно использовать технические приемы в игровых ситуациях на начальном этапе подготовки будет существенно зависеть достижения спортивных результатов юных футболистов.

Если посмотреть глубоко в историю, характерной особенностью отечественного футбола в советские годы, а именно тогда футбол в стране был на высоком уровне, дети приобщались к организованным занятиям футболом с 10-11 лет. До этого, игроки приобретали значительный опыт в естественных условиях «улично-дворового» футбола, что позволяло каждому спортсмену овладеть определенным уровнем тактико-технического мастерства, но самое главное - стать креативной личностью. Затем на смену «стихийному» пришел «организованный» футбол - детей стали отбирать, а чаще набирать с шестилетнего возраста. Основным стал (и до настоящего времени сохраняется) подход к содержанию тренировочного процесса, основанный на применении однообразных упражнений с акцентом на физическую и тактическую подготовку, форсирование тренировочного процесса и возрастание нагрузок. [13]

Отсюда появилась необходимость в поиске выхода из сложившейся ситуации. Одним из которых, предполагается сокращение объема работы по технической подготовки в стандартных условиях, за счет включения в занятия «упрощенных игр» и игровых упражнений моделирующих элементы игры.

В связи с вышеизложенным, представляется необходимым разработку эффективного комплекса из «упрощенных игр» и игровых упражнений направленного на повышение уровня технико-тактической подготовки на начальном этапе. При этом стоит заметить, что речь не идет о командной тактической подготовке, а исключительно индивидуальной, то есть об умение ученика эффективно использовать те или иные технические элементы в различных условиях.

Объектом исследования является: тренировочный процесс юных футболистов.

Предмет исследования: использование упрощённых игр в постановке

техники у футболистов на начальном этапе тренировки.

Гипотеза: предполагается, что использование комплекса «упрощенных игр» и игровых упражнений, позволит более эффективно обучать техническим действиям юных футболистов 8-10 лет на начальном этапе подготовки.

Целью исследования является: обоснование эффективности разработанного комплекса «упрощенных игр» и игровых упражнений направленных на повышение уровня технической подготовки на начальном этапе.

Были поставлены следующие **задачи:**

1. Изучить проблему в научно - методической литературе.
2. Разработать комплекс «упрощенных игр» и игровых упражнений направленного на повышение уровня технической подготовки.
3. Экспериментально проверить эффективность предложенного комплекса в обучении юных футболистов.

Методы исследования

- теоретический анализ литературных источников,
- педагогическое наблюдение,
- тестирование
- педагогический эксперимент
- методы математической обработки и анализа полученных данных.

Практическая значимость исследования заключается в том, что его результаты будут полезны, как начинающим, так и опытным тренерам-преподавателям, так же и учителям ФК, могут использоваться для работы в школьных секциях и спортивных клубах, и не только для групп начальной подготовки, но и на других этапах. Результаты нашей работы, могут быть полезны не только в футболе, но и в других видах спорта, при определенных изменениях условий их выполнения.

Исследование проводилось в футбольной секции ДЮСШ «Динамо» г. Саратов, в период с сентября 2017 по апрель 2018 года. К работе были привлечены спортсмены 8-10 лет, занимающиеся в футбольной секции второй и третий год обучения. В эксперименте принимали участие 20 человек, которые были поделены на две группы по 10 человек: экспериментальная и контрольная.

Весь эксперимент включал в себя четыре этапа.

Первый этап исследования, был посвящен анализу научной методической литературы, определению цели и задач исследования и оценке уровня технической подготовленности.

На втором этапе, в сентябре 2017 года, были отобраны 20 занимающихся, с которыми было проведено контрольное тестирование с целью определения технической подготовки до начала эксперимента.

В него вошли:

-передачи мяча-передачи мяча в одно касание. Ученик выполняет передачи мяча в стенку с расстояния 5 метров, с условием нахождения в коридоре шириной 2 м. Результат фиксируется до того как мяч не покинет коридор или игрок не выполнит более одного касания.

-ведение 30 метров; ведение мяча на расстоянии 30 метров, время фиксируется с момента первого касания на линии и до пересечения линии финиша учащимся. При этом надо выполнить не менее 4 касаний мяча с момента старта и до финишной черты. Выполняется 2 попытки, лучшая фиксируется.

-ведение с обводкой стоек и ударом по воротам(20 м); в 10 метрах от линии старта и далее с интервалом в 2 м по направлению к финишу устанавливаются 4 стойки, далее через 4 метров на финише устанавливаются ворота 1*3м. Учащийся выполняет ведение по прямой, далее обводит стойки и наносит удар. Время фиксируется с момента первого касания по мячу до момента пересечения мяча линии ворот, выполняется 2 попытки, лучшая фиксируется.

- передачи мяча на точность. Учащийся выполняет 10 передач в малые ворота (1*1 м), фиксируется количество точных передач.

- контроль, фиксация и оценка технико-тактических действий (ТТД) во время игры. Команда испытуемых играет матч 2 тайма по 10 минут между собой, с перерывом состав участников матча 5 на 5 игрока. Игра записывается на видео и анализируется с подсчетом ТТД (передачи, остановки, удары, обводки, отбор мяча). Фиксируется общее количество ТТД за матч, выполнение отдельных видов технических приемов. Учитывается количество положительно выполненных ТТД и коэффициент брака.

По завершению второго этапа, с учетом полученных данных, был разработан комплекс упражнений и игр направленный на повышение технической подготовки футболистов. (Приложение 1)

Результаты проведенной работы позволили перейти к **третьему этапу**, целью которого является проведение эксперимента. На данном этапе, отобранные футболисты были поделены на две группы, которые работали отдельно друг от друга. Для этого был приглашен второй тренер для контрольной группы. Все футболисты были оповещены о данном эксперименте, его важной роли в их дальнейшем развитии.

Проведение учебно-тренировочного процесса проводилось в одинаковых условиях, но с разной программой для каждой группы. Структура проведения тренировочного занятия в контрольной группе не менялась. А для экспериментальной, была составлена другая структура тренировочного занятия с учетом проведения эксперимента.

Контрольная группа работала по стандартной типовой программе, проводимой в прошлые годы. У Экспериментальной же группы, в тренировочное занятие, за счет сокращения времени на отработку технических упражнений в простых условиях, была включена дополнительная игровая часть тренировки, в которой были использованы подобранные упрощенные игры и игровые упражнения, включенные в комплекс, направленные на повышение технико-тактической подготовки.

Четвертый этап включал в себя проведение повторных, контрольных испытаний с использованием тех же тестов что и в первом этапе, для дальнейшей обработки полученных данных с целью сравнения, выявления динамики развития уровня технической подготовки и определения

эффективности применения разработанных, специальных комплексов состоящих из упрощенных игр и игровых упражнений.

Вначале эксперимента было проведено тестирование, которое позволило определить уровень технической подготовки у футболистов, результаты представлены в таблицах 2 и 3.

Как мы видим, по результатам тестирования в контрольной группе, показатели не одинаковые. У ряда занимающихся в группе не высокий уровень технической подготовки. Но у основной группы (70% занимающихся) показатели на уровне: средний и выше среднего.

После получения результатов тестирования, проведем сравнение данных обеих групп, отдельно по каждому тесту.

Для этого сначала рассчитаем средние арифметические величины для каждого теста в каждой группе.

Для расчета воспользуемся формулой:

Где X_i - значение отдельного измерения, n - общее число измерений в группе.

Подставив в формулу фактические значения из таблиц 2 и 3, проведем расчеты, получим данные, которые показаны в таблице 4:

Таблица 4 Показатели среднеарифметических величин тестов обеих групп до начала эксперимента

Группы	n	Тесты			
		Передачи мяча (раз)	Ведение мяча 30 м (сек)	Ведение мяча с обводкой стоек и ударом (сек)	Тест 4 Игра регистрация ТГД (кол-во/ «-»)
$V^{X_{\text{экс.}}}$	10	10,3	7,0	7,6	21,8
$V^{X_{\text{кон.}}}$	10	9,8	7,3	8,1	20

Сопоставление среднеарифметических величин показана в таблице 4. Мы видим, что исходные данные в экспериментальной и контрольной группах не одинаковы. Испытуемые экспериментальной группы по всем показателям превосходят испытуемых контрольной группы, а значит их техническая подготовка выше.

Полученные данные нам нужны для дальнейшего сравнения и выявления эффективности проведенного эксперимента.

С сентября 2017 г. На протяжении 6 месяцев проводился педагогический эксперимент. Первый месяц эксперимента, занятия проводились в рамках учебно-тренировочных сборов в загородном ДОЛ «Романтик». С октября 2017 г. Тренировочные занятия проходили на базе стадион «Динамо»

Контрольная группа работала по стандартной типовой программе, проводимой в прошлые годы. У Экспериментальной группы, в

тренировочное занятие, за счет сокращения времени части занятия отведенную на отработку технических упражнений в простых условиях, была включена дополнительная игровая часть тренировки, в которой были использованы подобранные «упрощенные игры» и игровые упражнения, включенные в комплексы, направленные на повышение технико-тактической подготовки.

По окончании эксперимента, для проверки результата было проведено контрольное тестирование уровня технической подготовки в контрольной и экспериментальной группах (таблицы 5,6).

Как мы видим, после проведенного эксперимента, результаты тестов контрольной группы имеют в основном положительную динамику, хотя и не значительную.

Теперь для сравнения эффективности комплекса, применяемого в дополнительной игровой части, у экспериментальной группы, обработаем полученную информацию. Для этого сравним средние арифметические величины каждого теста у каждой группы до и после эксперимента в рисунках (рисунки 2,3).

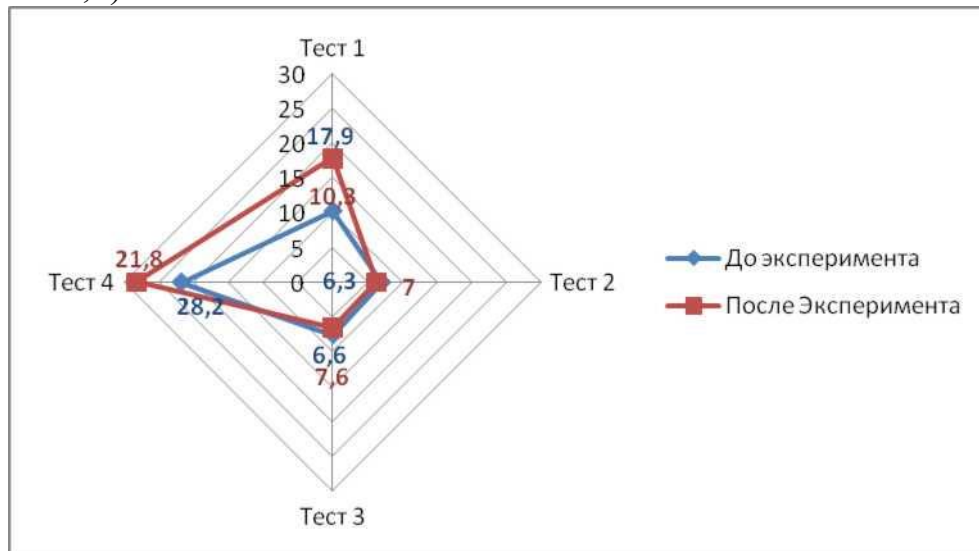


Рис.2. Среднеарифметические данные тестов экспериментальной группы до и после эксперимента

Как можно заметить по результатам экспериментальной группы, средние показатели по тестам 1,4 имеют более высокий рост показателей, чем в тестах 2,3. Это объясняется тем, что в данных тестах, физические качества играют наименьшую роль. В свою очередь, в тестах 2,3 проявление технического мастерства проявляется под воздействием физических качеств

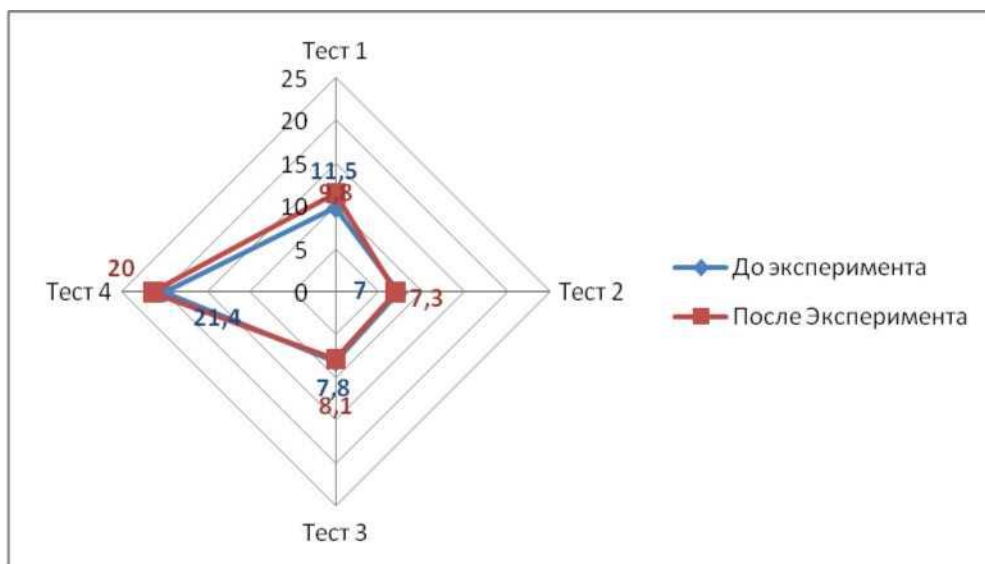


Рис.3. Среднеарифметические данные тестов контрольной группы до и после эксперимента.

Сравнивая результаты, мы видим, что лучшие результаты показали учащиеся экспериментальной группы, прирост -28%, в которой были использованы комплексы из «упрощенных игр» и игровых упражнений. В то время как, у контрольной группы, показатели выросли всего лишь -8%.

Чтобы убедиться, что именно наш комплекс привел к эффективному росту результатов и что внедрение нашего комплекса приведет к такому же результату с другими занимающимися. Для этого определяется достоверность различий по t-критерию Стьюдента (насколько достоверно различие между результатами контрольной и экспериментальной группами).

Он рассчитывается по формуле:

$$t = \frac{X_3 - X_k}{\sqrt{\frac{t_3^2 + t_k^2}{2}}}$$

где X_3 - средняя арифметическая величина результатов экспериментальной группы после эксперимента;

X_k - средняя арифметическая величина результатов контрольной группы после эксперимента;

t_3 - стандартная ошибка среднего арифметического значения результатов после ТР;

t_k - стандартная ошибка среднего арифметического значения результатов после СР;

Для того, чтобы вычислить t_3 и t_k , нужно вычислить σ_3 и σ_k (8 - сигма, - стандартное отклонение):

где X_{ax} - наибольший показатель; X_{Π} - наименьший показатель; K - табличный коэффициент.

Для вычисления стандартного отклонения (5), необходимо определить X_{ax} и X_{Π} , определить число измерений и найти по специальной таблице (приложение 1) значение коэффициента K .

Затем подставить полученные значения в формулу и произвести

расчет, и внести их в таблицу.

Таблица 7 Значения показателей достоверности различий по t-критерию Стьюдента

Группы	n	Данные («)						K	t _{0,05}	t
		5э	5к	Шэ	Шк	X _э	X _к			
Передачи мяча (р ^{аз})	10	7,8	2,9	2,6	0,96	17,9	11,5	3,08	2,10	2,30
Ведение мяча 30 м (сек)	10	0,45	0,68	0,15	0,22	6,3	7,0			2,69
Ведение мяча с обводкой стоек и ударом (сек)	10	0,35	0,61	0,11	0,20	6,6	7,8			5,45
Игра регистрация ТТД	10	6,81	5,51	2,27	1,83	28,2	21,4			2,96

По специальной таблице (приложение 2) определяется достоверность различий. Для этого полученное значение (t) сравнивается с граничным при 5%-ном уровне значимости (t_{0,05}) при числе степеней свободы $f = n_1 + n_2 - 2$

2. Если окажется, что полученное в эксперименте t больше граничного значения (t_{0,05}), то различия между средними арифметическими результатами, показанными после тестов, считаются достоверными. Вычисляем степень свободы: $f = 10 + 10 - 2 = 18$ граничным при 5%-ном уровне значимости (t_{0,05}) при числе степеней свободы (f = 18), будет 2,1.

Как мы видим по таблице 7, что по всем тестам, различия между средними арифметическими результатами носят не случайный характер и, следовательно, являются достоверными.

Заключение

В ходе исследования нами была проанализирована научно-методическая литература как отечественная так и зарубежная, и нормативные документы (программы по футболу), из чего мы установили, что сегодня у большинства юных футболистов наблюдается больше шаблонного, заученного набора технических действий и их применения. Структура занятий, и содержание, по нашему мнению является менее эффективной, основная масса упражнений в подготовке спортсменов на начальном этапе имеют базовый характер, и выполняются в стандартных условиях, что очень сильно влияет на уровень технической подготовки юных спортсменов.

Таким образом, мы считаем, что представляется необходимым разработка эффективного комплекса специальных упражнений, которые повлияют на повышение уровня технико-тактической подготовки юных футболистов, на начальном этапе.

Далее нами был разработан комплекс из 15 упрощённых игр и игровых упражнений, направленных на повышение уровня технико-тактической подготовки юных футболистов на начальном этапе. Для его применения в тренировочном процессе экспериментальной группы, мы изменили структуру занятия. Была дополнительно включена игровая часть тренировки, где и применялся наш комплекс.

В ходе эксперимента мы установили, что результаты экспериментальной группы, улучшились на достоверно значимом уровне чем у контрольной группы. Результаты тестов были улучшены в среднем на 10--20%.

Таким образом, цель работы достигнута, гипотеза подтвердилась. В перспективе мы планируем применять наш комплекс в практике, работать над его совершенствованием.