

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

«ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ ЭЛЕМЕНТАМ ИГРЫ В ФУТБОЛ НА
ЭТАПЕ УГЛУБЛЕННОЙ ТРЕНИРОВКИ»

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ
студента 4 курса 418 группы

направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование
профиль «Физическая культура»

Института физической культуры и спорта

Курынова Александра Алексеевича

Научный руководитель

Доцент

_____ В.Н. Мишагин

подпись, дата

Зав. кафедрой,

кандидат педагогических наук

_____ В.Н. Мишагин

подпись, дата

Саратов 2018

1. Общая характеристика работы

Игра в футбол характеризуется высокой двигательной активностью игроков и большим разнообразием технико-тактических действий. Деятельность футболистов носит преимущественно динамический характер, где периоды значительной работы чередуются с периодами относительного расслабления. Интенсивность работы во время игры колеблется от умеренной до максимальной.

Обучение детей игре в футбол – сложный и целенаправленный процесс воспитания и обучения и осуществляться он должен систематически, на основе перспективного, научно обоснованного плана, разработанного с учетом возрастных особенностей организма.

Многолетнюю подготовку юных футболистов условно специалисты разделяют на четыре этапа:

I этап – предварительная подготовка (8-10 лет).

II этап – начальная спортивная специализация (11-12 лет).

III этап – углубленная тренировка (13-16 лет).

IV этап – спортивное совершенствование (начинается с 17-18 лет).

Одним из начальных звеньев в подготовке юных футболистов являются детско-юношеские спортивные школы (ДЮСШ).

Так как основной целью работы ДЮСШ является плановая подготовка высококвалифицированных игроков, то, в первую очередь, должна быть организована рациональная система спортивного отбора, поскольку именно она способствует достижению высоких спортивных результатов.

По мнению специалистов в области футбола при отборе, прежде всего, необходимо учитывать следующие аспекты:

- умственные способности;
- состояние здоровья;
- исходный уровень физического развития.

Актуальность. В настоящее время в нашей стране в отечественном футболе, впрочем, как и в целом в сфере спорта и физической культуры, накопилось много достаточно серьезных проблем.

Причин такого положения достаточно большое количество, приведем лишь некоторые, на наш взгляд наиболее полно отражающие злободневность ситуации:

1. ухудшение результатов выступления сборной команды России и клубов на международной арене, так наша сборная команда за последние два десятилетия на чемпионатах мира и Европы ни разу не выходила во второй этап соревнований. Вследствие чего падает популярность игры у подрастающего поколения;

2. недостаточное количество высокопрофессиональных тренерско-преподавательских кадров, как для профессионального, так и для любительского футбола. Приходится все чаще футбольным клубам, да и самой сборной прибегать к помощи зарубежных специалистов;

3. низкий уровень качества стадионов и футбольных полей, а также неудовлетворительное техническое состояние имеющейся инфраструктуры футбола, что существенно затрудняет работу по восполнению футбольных кадров;

4. присутствие большого числа легионеров в профессиональных футбольных клубах, что опять же препятствует селекции и росту мастерства молодых российских спортсменов;

5. недофинансирование детско-юношеских спортивных школ, что выражается в отсутствии качественной материальной базы для дворового и школьного футбола и низкой заработной плате детских тренеров по футболу. Порой любительский и детский спорт держится на «голом» энтузиазме равнодушных к футболу и детям людей.

Однако в последнее время взоры специалистов все больше обращаются к юношескому футболу, который все же является главной базой подготовки молодой смены для клубных и национальной сборной команд.

Повышение мастерства российских футболистов во многом зависит от планомерного и квалифицированного обучения игре детей, начиная с самого раннего возраста. Научно-педагогическими исследованиями на основе анализа возрастных особенностей детского организма доказаны возможность и целесообразность начала занятий футболом с 8-10 лет.

Практика показывает, что процесс становления мастерства вообще в спортивных играх отличается рядом особенностей. Для него характерна необходимость сравнительно раннего начала систематических занятий, позволяющих целенаправленно развивать специальные психофизические качества и овладевать двигательными навыками.

В настоящей квалификационной работе мы рассматриваем *проблему* обучения технике игры юных футболистов на этапе углубленной тренировки.

В соответствии с проблемой *тема* нашего исследования «Особенности обучения элементам игры в футбол на этапе углубленной тренировки».

Объект – процесс обучения технике игры юных футболистов.

Предмет исследования – средства и методы тренировки технических навыков игры в футбол.

Целью нашего педагогического исследования является выявление влияния разработанных нами средств (упражнений) специальной подготовки на повышение эффективности освоения технических элементов футболистами.

Гипотеза исследования: использование представленного комплекса специальных упражнений в системе подготовки футболистов на этапе углубленной тренировки позволит повысить уровень их технической и тактической подготовленности.

В соответствии с целью исследования были поставлены следующие *задачи* исследования:

1. изучить учебно-методическую литературу по заявленной теме;
2. представить методику технической подготовки юных футболистов.
3. выявить эффективность представленной методики.

Для решения поставленных задач в ходе педагогического исследования нами использовались следующие *методы*:

1. Изучение литературных источников.
2. Педагогическое наблюдение.
3. Тестирование.
4. Математическая обработка данных.

2. Особенности учебно-тренировочной работы с юными футболистами

Основные закономерности тренировочного процесса юных спортсменов в общих чертах, сводятся к следующим моментам:

- 1 Исключительно большое значение физической подготовки, и особенно специальной, удельный вес которой увеличивается из года в год.
- 2 Постепенное возрастание значения технико-тактической подготовки и соревновательной практики, достигающих наибольшего удельного веса в старшем юношеском возрасте.
- 3 Выделение на теоретическую и другие виды подготовки, обеспечивающие достижение образовательного и воспитательного эффекта, практически одинаковой доли учебного времени.

Распределение объемов всех этих компонентов тренировки с учетом периодизации подготовки юных футболистов в ДЮСШ выглядит следующим образом:

На этапе начальной подготовки физической подготовке отводится примерно 40-45 % от общего объема материала практических занятий, технико-тактической подготовке – 55-60%.

На этапе начальной спортивной специализации физическая подготовка занимает в среднем 35-40 %, а технико-тактическая подготовка – 60-65%, в том числе 20-25 % отводится на занятия с индивидуальной направленностью обучающихся.

На этапе углубленной тренировки физической подготовке уделяется 30-35 %. Техничко-тактической подготовке – 65-70 %. Причем, доля индивидуальных занятий составляет здесь уже не менее 30-40 %.

На этапе спортивного совершенствования доля всего времени, выделяемого на физическую подготовку – 20-25 %. Техничко-тактической подготовке уделяется 75-80%. Не менее 40-45 % занятий посвящается индивидуальной подготовке обучающихся.

На основе результатов обобщения практического опыта по изучению структуры физической подготовки футболистов Е.Д. Нистратов установил, что на различные виды выносливости приходится 48% от всей нагрузки, а на развитие скоростно-силовых качеств – 24,5%.

Как видим, большая доля нагрузки направлена на развитие выносливости, так как в процессе футбольного матча футболистам приходится многократно совершать различные двигательные действия: скоростные перемещения, силовые единоборства, технические приемы, поэтому для выполнения их на протяжении игры без существенного снижения активности зависит от уровня развития выносливости, т. е. способности противостоять нарастающему утомлению на фоне достаточно высокого уровня скоростно-силовой подготовленности. Как видим, большая роль здесь отводится и скоростно-силовой подготовке футболистов. Однако выполнение в игре футболистами многократных рывков, внезапных остановок, ведение мяча с изменением направления требует развития определенного уровня координационных способностей и ловкости, как фактора устойчивости двигательных навыков к сбивающим факторам.

Таким образом, разнообразие содержания игровой деятельности в футболе требует комплексного развития основных физических качеств и

функционального совершенствования всех систем организма занимающегося. А это возможно лишь в процессе разносторонней физической подготовки, когда, наряду с развитием основных физических качеств, уделяется внимание и развитию специальных качеств для футбола.

3. Техничко-тактическая и теоретическая подготовка юных футболистов

На первом этапе обучения игре основное внимание уделяется индивидуальным тактическим действиям, выполняемым без мяча и с мячом. Это довольно большой объем навыков, если учесть, что в футболе они должны выполняться правой или левой ногой и в обе стороны, в различных сочетаниях и условиях. Поэтому данный этап следует рассматривать как начальный. Здесь на первый план выдвигается овладение техникой движений. У ребят следует воспитывать стремление в совершенстве владеть мячом.

При изучении необходимо все время менять условия выполнения упражнений, вызывая тем самым новые перестройки и приспособления. При этом важно формировать умение тактически грамотно применять изученные приемы в игре. Этому помогает проведение с детьми теоретических занятий по тактике на макете игровой площадки, просмотр и разбор матчей.

Следует также развивать творческие способности. С этой целью необходимо всячески поощрять игровую инициативу. Схематизм убивает радость игры. Строгая упорядоченность действий, диктуемая игровой дисциплиной, целесообразна на последующих этапах подготовки.

На втором этапе — этапе начальной специализации — значительно расширяется объем и повышается сложность изучаемых технико-тактических действий, завершается овладение техникой и тактикой индивидуальных и важнейших коллективных действий и ставится

требование выполнять их с максимальной скоростью и высокой эффективностью. Главная задача — воспитание коллективного мышления, под которым следует понимать одинаковое толкование игровой ситуации и принятие решения, предполагающего коллективные взаимодействия.

В этом возрасте у ребят есть все возможности для овладения самыми сложными игровыми приемами. Показ уступает место детальному разъяснению, простое копирование сменяется обдуманном выполнении. Все больший вес приобретают специальные игровые упражнения. При обучении новому приему, считают С.В.Голомазов, Б.Г. Чирва, необходимо давать сразу два-три варианта его выполнения. Вначале занимающиеся их последовательно осваивают, а затем учатся выбирать те, которые более всего отвечают ситуации. На этом этапе подготовки особое значение приобретает соревновательный метод. Он не только позволяет приобретать опыт спортивной борьбы, но и лучше всего помогает закреплению изученного, совершенствовать физические и волевые качества. Однако использовать его нужно с известной осторожностью, так как соревновательные нагрузки быстро истощают организм подростка и могут стать причиной замедления роста спортивного мастерства.

На третьем этапе — углубленной специализации — занятия направлены на совершенное овладение всеми технико-тактическими действиями, и особенно командными и главным образом специальными индивидуальными и групповыми), необходимыми для игры на определенных местах в команде. Это типовые действия нападающих крайних, центральных, разыгрывающих и защитников. Гораздо больше внимания здесь, должно уделяться отработке скоростных, активных действий, для чего преимущественно используют методы сопряженных воздействий и интервальной, круговой тренировки, которые

позволяют одновременно совершенствовать физические качества и технико-тактические приемы.

Каждый игрок должен овладеть и широким арсеналом средств, предполагающих игру только на определенной позиции.

Для того чтобы облегчить ребятам переход во взрослые коллективы, на заключительном этапе занятий целесообразно тренировкам придавать характер тренировок спортсменов более высокой квалификации.

Обучение на начальном этапе технике основных приемов игры в футбол мальчиков, имеет ряд особенностей. Это вызвано, прежде всего, невысоким уровнем развития у них психофизиологических функций, связанных с управлением движениями, что затрудняет овладение детьми сложными техническими приемами.

При обучении техническим приемам детей следует строго придерживаться общих дидактических принципов.

Тактическая деятельность футболиста тесно связана с уровнем развития основных свойств внимания, которые у детей этого возраста развиты недостаточно. Это ограничивает их тактические возможности в условиях общепринятой командной игры 11х11 и требует проведения двусторонних игр и игровых упражнений при ограниченном количестве одновременно участвующих на площадке уменьшенных размеров.

Поэтому при тактической подготовке следует уделить внимание изучению индивидуальных и групповых тактических действий, а также командной игре в уменьшенных составах на малых игровых площадках.

В раздел теоретической подготовки целесообразно включать изучение упрощенных правил игры; индивидуальных, групповых и командных тактических действий в играх уменьшенными составами на малых игровых площадках; решение простейших игровых ситуаций, наиболее часто встречающихся в играх.

Решение простейших игровых ситуаций юными футболистами на макете, на рисунке футбольного поля является одним из важных средств теоретической подготовки. Однако всегда следует помнить, что предлагаемые для решения ситуации должны отвечать, возрастным особенностям детей. Самостоятельные решения простейших игровых ситуаций создают образное представление у начинающих футболистов, способствуют закреплению пройденного материала и развитию мышления.

Таким образом, формирование технико-тактического мастерства – одна из задач всесторонней подготовки футболистов. На всех этапах многолетней тренировки идет непрерывный процесс обучения технике и тактике футбола и совершенствования ее на основе разносторонней физической подготовленности.

Основными задачами технико-тактической подготовки юных футболистов являются:

- прочное освоение всего многообразия рациональной техники;
- обеспечение разностороннего владения техникой футбола и умение сочетать в разной последовательности приемы, способы и разновидности обработки мяча;
- надежное и эффективное использование технических приемов в сложных условиях игры (при противодействии игроков команды соперников).

4. Структура работы

Выпускная квалификационная работа Курынова Александра Алексеевича написана на актуальную тему: «Особенности обучения элементам игры в футбол на этапе углубленной тренировки» раскрывает проблему обучения технике игры юных футболистов на этапе углубленной тренировки. Данная проблема достаточно актуальна, так как в настоящее время в нашей стране в отечественном футболе, впрочем, как и в целом в

сфере спорта и физической культуры, накопилось много достаточно серьезных проблем.

В ходе исследования автор исходил из гипотезы о том, что использование представленного комплекса специальных упражнений в системе подготовки футболистов на этапе углубленной тренировки позволит повысить уровень их технической и тактической подготовленности.

В педагогическом исследовании принимали участие юноши 15-16 лет, занимаются футболом пять-семь лет, в 2017 году они были зачислены в юниорский состав команды «Молния», по уровню подготовленности они находятся на этапе углубленной тренировки.

Результаты контрольного тестирования свидетельствуют о положительных сдвигах в формировании и совершенствовании технических навыков у юных футболистов в результате проводимой нами целенаправленной учебно-тренировочной работы.

Существенные различия в результатах проявились на II этапе благодаря средствам и методам, используемых тренером для отработки ранее изученных технических приемов.

Работа оформлена в соответствии с требованиями. Курынов А. А. заслуживает возможности присуждения квалификации «Бакалавр прошедшего обучения, по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура профиль «Физическая культура»

4. Экспериментальная часть

Целью нашего педагогического исследования является выявление влияния разработанных нами средств (упражнений) специальной подготовки на повышение эффективности освоения технических элементов футболистами.

В соответствии с целью исследования были поставлены следующие **задачи** исследования:

4. изучить учебно-методическую литературу по заявленной теме;

5. представить методику технической подготовки юных футболистов.
выявить эффективность представленной методики.

Для решения поставленных задач в ходе педагогического исследования нами использовались следующие **методы**:

1. Изучение литературных источников.
2. Педагогическое наблюдение.
3. Тестирование.
4. Математическая обработка данных.

Наше педагогическое исследование, направленное на выявление эффективности методики по формированию двигательных навыков учащихся среднего школьного возраста, занимающихся футболом, мы проводили на базе клуба «Молния».

В нашем педагогическом исследовании принимали участие ребята 15-16 лет, занимаются футболом пять-семь лет, в 2017 году они были зачислены в юниорский состав команды, по уровню подготовленности они находятся на этапе углубленной тренировки.

Контрольное тестирование мы проводили в два этапа. Первый этап в мае 2017 года и второй этап в декабре 2017 года.

Для выявления влияния проводимой нами целенаправленной учебно-тренировочной работы мы проводили контрольное тестирование по следующим упражнениям:

Удар внутренней стороной стопы - на первом этапе средний результат – 5,4 попаданий в цель, на втором этапе – 6,8, динамика – + 1,4.

Таблица 1

<i>Удар внутренней стороной стопы</i>	І этап	ІІ этап	Динамика
<i>Средний результат</i>	5,4	6,8	+1,4

Аналогичная ситуация прослеживается и во всех остальных упражнениях.

Анализ выполнения второго упражнения показал, что результаты также улучшились: на I этапе – 5,5 попаданий в среднем, а на втором уже 7,2 раза, т.е. на 1,7 попаданий больше.

Таблица 2

<i>Удар внутренней частью подъема</i>	I этап	II этап	Динамика
Средний результат	5,5	7,2	+1,7

Результаты выполнения третьего упражнения – удар прямым подъемом. На первом этапе среднее количество результативных мячей – 5,2, на втором этапе – 6,7. Динамика – 1,5.

Таблица 3

<i>Удар прямым подъемом</i>	I этап	II этап	Динамика
Средний результат	5,2	6,7	+1,5

При выполнении четвертого упражнения на первом этапе в среднем достигли цели 5,1 мяча, на втором этапе нашего педагогического исследования – 6,8 мяча. Прирост результативных показателей составил 1,7 мяча.

Таблица 4

<i>Удар головой с места</i>	I этап	II этап	Динамика
Средний результат	5,1	6,8	+1,7

На основании выше сказанного можно сделать следующий вывод: результаты контрольного тестирования свидетельствуют о положительных сдвигах в формировании и совершенствовании технических навыков у юных футболистов в результате проводимой нами целенаправленной учебно-тренировочной работы.

5. Заключение

Основной целью подготовки юных футболистов является постепенное подведение их к спортивному мастерству в наиболее благоприятном для этого возрасте. Однако задачи детского футбола не сводятся лишь к подготовке разрядников, они значительно шире и включают в себя решение вопросов гармонического, физического и умственного развития детей, укрепления их здоровья и повышения устойчивости организма к различным неблагоприятным воздействиям внешней среды.

На этапе углубленной тренировки значительно расширяется объем и повышается сложность изучаемых технико-тактических действий, завершается овладение техникой и тактикой индивидуальных и важнейших коллективных действий и ставится требование выполнять их с максимальной скоростью и высокой эффективностью. Главная задача — воспитание коллективного мышления, под которым следует понимать одинаковое толкование игровой ситуации и принятие решения, предполагающего коллективные взаимодействия.

В этом возрасте у ребят есть все возможности для овладения самыми сложными игровыми приемами. Показ уступает место детальному разъяснению, простое копирование сменяется обдуманном выполнении. Все больший вес приобретают специальные игровые упражнения. При обучении новому приему дают два-три варианта его выполнения.

На этом этапе подготовки особое значение приобретает соревновательный метод. Он не только позволяет приобретать опыт спортивной борьбы, но и лучше всего помогает закреплению изученного, совершенствовать физические и волевые качества. Однако использовать его нужно с известной осторожностью, так как соревновательные нагрузки быстро истощают организм подростка и могут стать причиной замедления роста спортивного мастерства.

Целью нашего педагогического исследования являлось выявление влияния разработанных нами средств (упражнений) специальной подготовки на повышение эффективности освоения технических элементов футболистами. С помощью контрольного тестирования занимающихся мы выяснили, что, действительно, в результате проводимой нами целенаправленной учебно-тренировочной работы прослеживается положительная динамика в формировании и совершенствовании технических навыков у юных футболистов

6. Список использованных источников:

1. Арбузин, И.А. Развитие игрового мышления у юных футболистов 11-13 лет: автореф. дис. .канд. пед. наук [Текст] / И.А. Арбузин. Омск, 2006. - 23 с.
2. Голомазов, С.В. Футбол. Теоретические основы и методика контроля технического мастерства: учебно-методическое пособие [Текст] / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. М.: ТВТ Дивизион, 2006. - 80 с.
3. Квашук, П.В. Дифференцированный подход к построению тренировочного процесса юных спортсменов на этапах многолетней подготовки: автореф. дис. . докт. пед. наук [Текст] / П.В. Квашук. М., 2003. - 49 с.
4. Кольвах, Ю.В. Нормирование специализированных нагрузок различной координационной сложности квалифицированных футболистов в подготовительном периоде: автореф. дис.канд. пед. наук [Текст] / Ю.В. Кольвах. - Краснодар, 2006. 25 с.
5. Петухов, А.А. Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов. Проблемы и пути решения: монография [Текст] / А.В. Петухов. М.: Советский спорт, 2006. - 232 с.
6. Суворов, В.В. Результативность игры юных футболистов на этапе углубленной специализации [Текст] / В.В.Суворов // Ученые записки университета им. П.Ф.Лесгафта. 2007. - №6(28). - С.63

7. Ткаченко, Н.В. Методика общей психофункциональной подготовки юных футболистов на этапе углубленной специализации: автореф. дис.канд. пед. наук [Текст] / Н.В.Ткаченко. Волгоград, 2008. - 21 с.