

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ. Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра спортивных дисциплин

**«МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ЭЛЕМЕНТАМ ИГРЫ  
ФУТБОЛИСТОВ 13-14 ЛЕТ»**

**АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ**

студента 4 курса 427 группы  
направление подготовки 49.03.01 Физическая культура  
профиль «Физкультурно-оздоровительные технологии»

Института физической культуры и спорта

Губанова Дмитрия Витальевича

**Научный руководитель**

Старший преподаватель

\_\_\_\_\_

подпись, дата

И.А. Суменков

**Зав. кафедрой**

кандидат педагогических наук, доцент

\_\_\_\_\_

подпись, дата

В.Н. Мишагин

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность исследования.** Техника является одним из очень важных разделов в общей системе подготовки футбольных команд. Чем выше техника владения мячом и разнообразнее технические приемы, тем шире творческие возможности футболистов в осуществлении различного рода тактических планов и комбинаций [27].

Одним из элементов всей технической подготовки футболистов являются обманные приемы и ведения мяча. В каждом обманном приеме есть две нераздельно связанные между собой части, две фазы этого сложного действия: ложное движение, вводящее соперника в заблуждение, и следующее за ним истинное движение, с помощью которого футболист осуществляет свой замысел (отбор, передачу, дальнейшее ведение мяча). Причем, второе движение выполняется лишь в том случае, если соперник введен в заблуждение и реагирует на ложное движение [19].

В методических рекомендациях, в специальных программах, в практических пособиях, практически во всех источниках тема обманных приемов в футболе затрагивается поверхностно. В них описываются обманные приемы, их выполнение и примерные упражнения для их освоения. Последнее издание, затрагивающее только обманные приемы в футболе, издано в 1969 году, под редакцией Апухтина Б. Т., а в остальных изданиях, касающихся футбола, обманным приемам уделено очень мало места. В существующих источниках, предлагаемые методы и методические приемы, по овладению обманными приемами, рассматривают изучение в целостно-конструктивном варианте [2].

В футболе необходима разработка методик по обучению данным техническим приемам юных футболистов. Исходя из этого, настоящее исследование рассматривает обучение финтам как систему (комплекс упражнений), проверяет ее эффективность на практике, открывает перед тренером новые возможности включения данной системы упражнений в

общий курс футбольных тренировок молодых игроков, что на сегодняшний день является актуальным.

Исследование полагает, что к разучиванию обманных движений в футболе нужно подходить более детально, расчленив движение на фазы, что для каждого обманного движения нужно разработать комплекс упражнений и освоение обманного приема осуществлять именно по этому комплексу, что в конечном итоге такой подход является более эффективным в освоении обманных движений в футболе.

Обманные приемы являются важнейшим средством преодоления обороны соперника. В последнее время современный футбол все чаще сталкивается с проблемой совершенствования технического мастерства игрока. Поэтому так остро перед тренером стоит вопрос о создании эффективной методики обучения технике игры [28].

**Объект исследования** - учебно-тренировочный процесс футболистов 13-14 лет.

**Предмет исследования** - методика обучения футболистов обманным движениям (финтам).

**Гипотеза исследования:** предполагалось, что использование методики обманных действий будет способствовать эффективности учебно-тренировочного процесса юных футболистов.

**Цель исследования** - обосновать эффективность разработанной системы упражнений по обучению обманным движениям в футболе (на примере одного обманного приема).

**Задачи исследования:**

1. Изучить особенности двигательной деятельности футболистов
2. Выявить возрастные особенности детей 13-14 лет.
3. Проанализировать общепринятые методики обучения обманным движениям.

4. Разработать экспериментальную методику обучения обманным движениям футболистов 13-14 лет.

5. Дать практические рекомендации.

**Методы исследования:**

1. Анализ научно-методической литературы.

2. Педагогическое наблюдение.

3. Педагогическое тестирование.

4. Педагогический эксперимент.

5. Метод математической статистики.

6. Анализ научно-методической литературы

Исследование проводилось в спортивной школе «Юниор», г. Саратов, в период 2017 - 2018 г.г. Это сеть спортивных школ, сеть по всей Российской Федерации.

Спортивная школа имеет тренировочные и игровое поля, спортзал размером 29x15,5 м, тренажерный зал размером 10x8 м и служебные помещения (офис, раздевалка для футболистов, раздевалка для хоккеистов, душевая с санузлом, тренерская, сауна и др.). Спортзал имеет стандартную разметку для игры в баскетбол (28x15) и волейбол (18x9), а также нишу для размещения болельщиков. В эксперименте участвовали две группы (по 12 человек) юных футболистов 14-15 лет.

Контрольная группе проводились тренировки по обычной программе (стандартная программа СШ «Юниор» с дополнениями), экспериментальная группа по предложенному нами комплексу упражнений.

Педагогическое исследование проводилось в три этапа.

На первом этапе исследования осуществлялся анализ и обобщение литературных данных по особенностям обучения элементов игры, проводилось исходное тестирование спортсменов, разрабатывался комплекс средств.

На втором этапе исследования в течение шести тренировочных месяцев был проведен педагогический эксперимент с целью выяснения эффективности разработанного комплекса. В экспериментальной группе занятия проводились с целенаправленным развитием технической базы футболистов, а в контрольной группе - по общепринятой методике США.

На третьем этапе исследования проводилось повторное тестирование двух групп юношей, анализировались и обобщались результаты экспериментальной работы.

График тренировок следующий: у экспериментальной группы в понедельник и среду с 18-00 до 19-30, в пятницу с 17-00 до 18-30; у контрольной группы во вторник и четверг с 18-00 до 19-30, в пятницу с 18-30 до 20-00.

Оценивая полученные данные эксперимента, наблюдается достоверное ( $p < 0,05$ ) увеличение результатов по всем показателям в экспериментальной группе, по сравнению с контрольной группой.

Таблица 6. Результаты подготовки футболистов 13-14 лет

Тесты	Контрольная группа		Экспериментальная группа	
	До эксперимента	После эксперимента	До эксперимента	После эксперимента
Тест «Челночный бег»	9,8±0,2	9,7±0,2	9,7±0,2	9,1±0,2*
Тест «Восьмерка»	22,7±0,4	21,0±0,3	22,1±0,3	20,2±0,3*
Теста «уход» с переносом правой ноги через мяч	11,7±0,5	10,3±0,4	12,5±0,3	9,1±0,1*
Тест «уход» с переносом левой ноги через мяч	13,2±0,4	12,0±0,3	13,9±0,5	9,9±0,3

Звездочкой \* - отмечены достоверные отличия показателей в каждой группе относительно исходный результатов эксперимента. \* -  $p < 0,05$

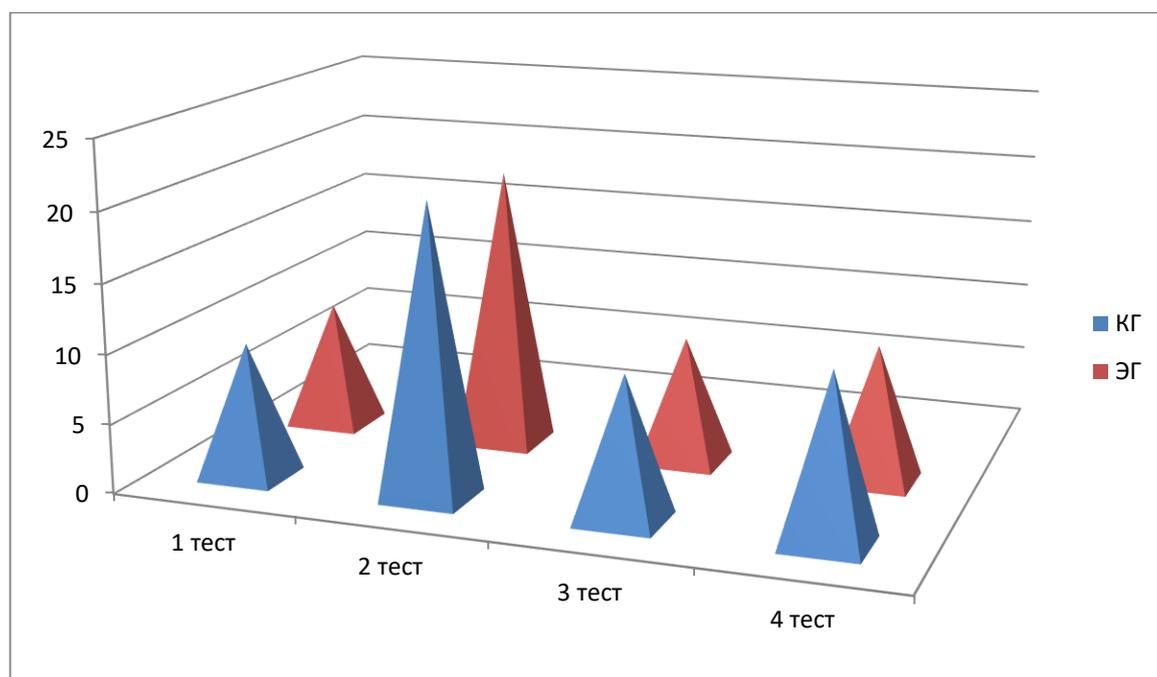


Рис. 4. Прирост показателей в % соотношении в контрольной и экспериментальной группе у футболистов 13-14 лет.

На начальном этапе эксперимента видно, что у юношей контрольной и экспериментальной групп не было больших различий, и они практически находятся на одном уровне физической подготовленности.

На конечном этапе эксперимента у ребят экспериментальной группы в сравнении с ребятами контрольной группы, на достоверно значимом уровне улучшились результаты тестирования.

Исходные показатели челночного бега в контрольной группе 9,8 с., тогда как в экспериментальной - 9,7 с.. Исходные данные в тесте «восьмерка» в экспериментальной группе составил 22,1 с, а в контрольной - 21,0 с. Средний результат теста №3 в экспериментальной группе составил - 12,5 с., в то время как в контрольной группе он составил - 11,7 с. Средний результат теста №4 в экспериментальной группе составил - 13,9 с., в то время как в контрольной группе он составил - 13,2 с.

Рассматривая динамику результата, на рисунке видно, что средний результат экспериментальной группы в челночном беге увеличился на 6 %, а в контрольной, увеличение на 2%.

В тесте «восьмерка» средний результат экспериментальной группы увеличился на 9%, а в контрольной группе - средний результат увеличился на 3%.

В тесте №3 средний результат экспериментальной группы увеличился на 27%, в контрольной - на 10%.

В тесте №4 средний результат экспериментальной группы увеличился на 29%, в контрольной - на 9%.

Сравнив показатели начального этапа с конечным исследованием, можно проследить динамику развития у футболистов 13-14 лет, как в экспериментальной группе, так и в подготовительной группе, однако в экспериментальной группе у мальчиков более высокий уровень их общей и специальной двигательной подготовленности. К концу эксперимента мальчики в экспериментальной группе значительно показали более высокие результаты, чем мальчики контрольной группы.

Для оценки предлагаемой экспериментальной методики развития физических качеств нужно сравнить начальный и конечный этапы у испытуемых обеих групп. Из анализа данных видно, что исходный уровень физической подготовленности у футболистов 13-14 лет в обеих группах примерно одинаковый. Однако, в конце исследования результаты достоверно ( $p < 0,05$ ) выше в экспериментальной группе мальчиков 13-14 лет, чем результаты мальчиков 13-14 лет в контрольной группе.