

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра спортивных игр

**«МЕТОДИКА ФОРМИРОВАНИЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ
ДЕЙСТВИЙ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ
В МИНИ-ФУТБОЛЕ»**

АВТОРЕФЕРАТ МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ

студента 2 курса 205 группы

направление подготовки 49.04.01 Физическая культура

профиль «Физкультурно-оздоровительные технологии»

Института физической культуры и спорта

Сырцова Андрея Юрьевича

Научный руководитель
кан. фил. наук, доцент

Р.С. Данилов

Зав. кафедрой
кан. фил. наук, доцент

Р.С. Данилов

Саратов 2019

Введение

В настоящее время в современном мини-футболе заметен значительный рост интенсивности игровых действий. Это выражается в увеличении силовой борьбы в отдельных игровых эпизодах, уменьшении пассивных действий футболистов. До максимума доводятся тактические действия команды, как в атаке, так и в обороне, также значительно повысился уровень мастерства игроков. Такая тенденция связана с развитием самого мини-футбола, выдвижением всё более высоких требований к технико-тактической подготовленности футболистов.

Актуальность. Развитие спортивной деятельности зависит от профессионального подхода к передаваемому опыту и в дальнейшем его развития, в том числе и основных научных методик управления спортивной тренировкой в различных аспектах спортивной подготовки.

Игра в мини-футбол имеет существенное отличие от классического, так называемого большого футбола, в первую очередь по структуре перемещений (преодолении игрового пространства), а также в возможности периодически выключаться из игры, по средствам частых замен игроков. В мини-футболе актуальна проблема выбора тренировочных нагрузок подходящих к требованиям отдельных видов соревнований.

Проблема исследования. В то же время проблемой остается то, что предъявляемые условия отдельных уровней соревновательной деятельности к уровню технико-тактической подготовки футболистов не соответствует достаточной эффективности существующим, в настоящее время, методам технико-тактической подготовки квалифицированных футболистов в мини-футболе.

Объектом исследования является подготовительный процесс квалифицированных игроков в мини-футболе.

Предметом исследования считается технико-тактическая подготовка квалифицированных футболистов в мини-футболе (на примере мини-футбольного клуба «Газпром трансгаз Саратов»).

Целью исследования является разработать методики технико-тактической подготовки квалифицированных игроков в мини-футболе, которые обеспечат увеличение результативности соревновательной деятельности.

Для достижения поставленной цели решались следующие **задачи**:

1. Изучить проблему совершенствования технико-тактической подготовки в теории и на практике спортивной тренировки квалифицированных спортсменов в мини-футболе.
2. Обосновать модель процесса технико-тактической подготовки, которая направлена на достижение поставленной цели.
3. Создать и экспериментально доказать технологию формирования специальных технико-тактических действий квалифицированных футболистов на различных этапах, с применением различных комплексных тренировочных упражнений, составленных с учетом особенностей соревновательной деятельности в мини-футболе.

В зависимости от решаемых задач, применялись соответствующие **методы исследования**:

- анализ и обобщение научно-методической литературы, анализ документов планирования и организации тренировочного процесса;
- педагогические наблюдения;
- опрос (в форме беседы) спортсменов и тренеров команд Высшей лиги мини-футбола России;
- анализ видеозаписей соревновательной деятельности;
- педагогический эксперимент;
- стенографирование соревновательной деятельности;
- математико-статистические методы обработки полученных результатов.

Гипотеза. Техничко-тактическая подготовка квалифицированных спортсменов в мини-футболе будет эффективной, если она осуществляется

по методике, направленной на использование комплексов тренировочных упражнений, которые смогут дать формирование специфических технико-тактических действий, составленных с учетом особенностей соревновательной деятельности в мини-футболе.

Научная новизна исследования заключается в разработке и экспериментальном апробировании комплексов тренировочных упражнений, ориентированных на формирование специфических двигательных действий, вытекающих из особенностей соревновательной деятельности в мини-футболе.

Теоретическая значимость исследования заключается в обосновании существующих научных разработок в области совершенствования технико-тактической подготовки квалифицированных футболистов.

Практическая значимость заключается в получении количественных и качественных значений показателей соревновательной деятельности по мини-футболу и определении направлений их дальнейшей реализации в технико-тактической подготовке квалифицированных футболистов.

Опытно-экспериментальная база исследования. Исследование осуществлялось в учебно-тренировочном и соревновательном процессе мини-футбольного клуба «Газпром трансгаз Саратов», выступающего в первенстве России по мини-футболу Высшей лиги «дивизион Запад» сезона 2017/18 гг.

Структура и объем работы. Данная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованной и цитируемой литературы. В работе приведены 8 таблиц, 2 диаграммы и 2 гистограммы, 1 рисунок. Список литературы состоит из 33 источников.

Основное содержание работы

Цель исследования – разработать методику технико-тактической подготовки квалифицированных спортсменов в мини-футболе, обеспечивающую повышение результативности соревновательной деятельности.

В ходе достижения поставленной цели решались следующие задачи исследования:

1. Изучить состояние проблемы совершенствования технико-тактической подготовки в теории и практике спортивной тренировки квалифицированных спортсменов в мини-футболе.
2. Обосновать модель процесса технико-тактической подготовки, ориентированную на повышение результативности соревновательной деятельности квалифицированных футболистов.
3. Разработать и экспериментально доказать технологию поэтапного формирования специфических технико-тактических действий квалифицированных футболистов с применением комплексов тренировочных упражнений, составленных с учетом особенностей соревновательной деятельности в мини-футболе.

В зависимости от решаемых задач, применялись соответствующие методы исследования:

- анализ и обобщение научно-методической литературы, анализ документов планирования и организации тренировочного процесса;
- педагогические наблюдения;
- опрос (в форме беседы) спортсменов и тренеров команд высшей лиги мини-футбола России;
- анализ видеозаписей соревновательной деятельности;
- педагогический эксперимент;
- стенографирование соревновательной деятельности;

– математико-статистические методы обработки полученных результатов.

Экспериментальное исследование проводилось в четыре взаимосвязанных этапа в период с 2017 по 2018 год. На каждом этапе, в зависимости от решаемых задач, применялись соответствующие методы исследования.

На первом этапе изучалось состояние исследуемой проблемы в теории и практике спорта, определялись предмет, объект, цель, задачи и гипотеза исследования, а также был определен комплекс необходимых методов исследования и разработана программа эксперимента.

На втором этапе осуществлялся сбор и обработка набранного первичного экспериментального материала. Разработаны комплексы тренировочных упражнений по формированию специфических технико-тактических действий футболистов.

На третьем этапе проводился основной педагогический эксперимент с целью проверки модели процесса технико-тактической подготовки квалифицированных футболистов и эффективности методики.

На четвертом этапе осуществлялся анализ полученных экспериментальных данных, формулировались выводы. Была оформлена дипломная работа.

Основополагающими принципами экспериментального воздействия методики технико-тактической подготовки квалифицированных футболистов явились положения теории поэтапного формирования технико-тактических действий (В.К. Бальсевич, Л.П. Матвеев, В.Н. Платонов), делающие процесс управляемым и способствующими повышению эффективности тренировки.

Подбор комплексов тренировочных упражнений осуществлялся с учетом доминантных факторов технико-тактической подготовленности квалифицированных футболистов и параметров специфических проявлений двигательных действий, а также современных рекомендаций построения

технико-тактической подготовки.

Исследование осуществлялось в учебно-тренировочном и соревновательном процессе мини-футбольного клуба «Газпром трансгаз Саратов», выступающего в первенстве России по мини-футболу Высшей лиги. В состав команды входит 16 человек спортивной квалификации от 1 спортивного разряда до Мастера спорта РФ. Из числа футболистов данной команды были сформированы две группы: контрольная и экспериментальная по 8 человек в каждой. Тренировочный процесс в экспериментальной группе проводился по следующей программе – экспериментальная методика проводилась на основе технологии поэтапного формирования специфических технико-тактических действий

На первом этапе формировались специальные знания об особенностях индивидуальных и групповых технико-тактических действий в мини-футболе, вырабатывалось умение использовать полученные теоретические знания при освоении специфических технико-тактических действий. На данном этапе формировалась модель изучаемого специфического технико-тактического действия, создавались ориентировочные основы действия и ознакомление с основными опорными точками. Результат достигался применением словесных и наглядных методов, аудиовизуального воздействия.

Данный этап технологии формирования специфических технико-тактических действий в структуре подготовительного периода охватывал два первых микроцикла втягивающего мезоцикла. В первом микроцикле занятия проходили в виде просмотра видеозаписей команд – лидеров мирового мини-футбола. Одновременно комментировался каждый игровой эпизод, анализировались особенности, условия и причины выполнения того или иного технико-тактического действия. В это время у игроков формировалось общее представления о специфике индивидуальных и групповых технико-тактических действий в мини-футболе. Во втором

микроцикле занятия были направлены на создание у каждого футболиста образа собственных технико-тактических движений. Перед выполнением упражнения футболист как бы мысленно просматривал кинограмму технико-тактического действия, видя себя в этой кинограмме выполняющим действие точно, правильно, в полном соответствии с требуемыми пространственными, временными и динамическими параметрами. Мысленное прорисовывание движений в процессе представления технико-тактического действия значительно повышает его тренирующий эффект и эффект практического овладения изучаемого действия.

Второй этап технологии начинался в последнем микроцикле втягивающего мезоцикла, длился в течение всего базового мезоцикла и был направлен на создание устойчивого выполнения специфических технико-тактических действий и их дальнейшую стабилизацию. В последнем микроцикле втягивающего мезоцикла и первом микроцикле базового мезоцикла формировалась рациональная временная, пространственная и динамическая структура специфических технико-тактических действий футболистов, целесообразный ритм их выполнения. Следующие мезоциклы были направлены на стабилизацию специфических технико-тактических действий. На этом этапе использовалось многократное повторение тренировочных упражнений в стандартных и вариативных условиях, с постепенным возрастанием трудностей выполнения движений. Соотношение простых и вариативных повторений тренировочных упражнений было увеличено в сторону вариативного использования технико-тактических действий.

На третьем этапе (весь специально-подготовительный этап подготовительного периода) проходило формирование технико-тактических действий с учетом индивидуальных особенностей футболистов, совершенствование способности футболистов к максимальной реализации

скоростного потенциала при выполнении специфичных технико-тактических действий. Одними из главных педагогических задач этого этапа были:

- формирование у футболистов обобщенной чувственной модели целостного движения, сенсорного и логического контроля;
- эффективное применение освоенных технико-тактических действий в системе сочетания комплекса освоенных специфических технико-тактических действий;
- эффективное применение освоенных технико-тактических действий в структуре сложной игровой и соревновательной деятельности.

По мере развития специальной тренированности и становления спортивной формы формирование специфических технико-тактических действий приобретало выраженный интегральный характер за счет сопряженного воздействия тренировочных упражнений.

Повышение уровня технико-тактической подготовленности каждого игрока осуществлялось преимущественно моделированием индивидуальных и групповых соревновательных действий в отдельных тренировках, проведением двусторонних и контрольных игр, участием в турнирах первенства России среди любительских команд. Такие игры выступали как в роли эффективного средства тренировки, так и контроля подготовленности каждого футболиста и команды в целом.

В рамках семидневных микроциклов в экспериментальной группе занятия по формированию специфических технико-тактических действий проводились не реже 3-х, 4-х раз в неделю, в качестве второй тренировки. Во время учебно-тренировочных сборов (2, 4, 5, 7, 8, 10 и 11 микроциклы) занятия по формированию двигательных действий проводились на первой тренировке. При этом около 70% из них выполнялись в аэробной и смешанной зонах энергообеспечения. В остальные тренировочные занятия осуществлялась индивидуальная работа над дополнительной техникой и

неспециализированная работа, направленная на развитие двигательных качеств. Соотношение средств формирования двигательных действий в структуре подготовительного периода годичного макроцикла строилось с учетом опережающего формирования технического мастерства.

В ходе анализа 26 игр первенства России по мини-футболу высшей лиги были выявлены характерные для мини-футбола (специфические) технико-тактические действия, применяемые высококвалифицированными футболистами в различных игровых ситуациях и их модельные характеристики.

Анализ позволил установить, что в общем объеме используемых двигательных действий значительное место (77,5%) занимают специфические технико-тактические действия, оказывающие решающее воздействие на результативное выступление в соревнованиях, как отдельных футболистов, так и команды в целом.

Педагогические наблюдения за соревновательной деятельностью футболистов позволили определить объем используемых технико-тактических действий спортсменами экспериментальной и контрольной групп. Наблюдения осуществлялись с использованием методики, предложенной Ю.М. Морозовым¹. Ее отличительной особенностью является возможность фиксировать индивидуальные, групповые и командные технико-тактические действия футболистов в течение всего матча.

Анализ соревновательной деятельности футболистов контрольной и экспериментальной групп показал, что количество применяемых ими специфических технико-тактических действий составляет незначительный объем (меньше 10% от общего числа всех выполненных действий). Основная масса применяемых футболистами действий приходилась на технико-тактические приемы, характерные для большого футбола, что в

¹Морозов, Ю.А. Анализ технико-тактической деятельности футболистов: подготовка футболистов / Ю.А. Морозов. М.: Физкультура и спорт, 2007. С. 134-155.

большинстве случаев приводило к неоправданным потерям мяча и низкой результативности.

Эффективность разработанной методики оценивалась сравнением количественных показателей специфических технико-тактических действий футболистов экспериментальной и контрольной групп зафиксированных в процессе констатирующего и входе формирующего эксперимента

Итоги примирения экспериментальной методики подготовки квалифицированных футболистов подтвердили статистически достоверный прирост количественных показателей специфических технико-тактических действий в экспериментальной группе.

Кроме того, для проверки эффективности методики, сравнивались качественные показатели (надежность и эффективность) технико-тактических действий футболистов в ходе формирующего эксперимента (первенство России 2017/18 гг., Высшая лига).

Адекватность уровня технико-тактической подготовленности футболистов экспериментальной группы условиям соревновательных игр отражается в динамике качественных показателей: коэффициента эффективности и коэффициента надежности технико-тактических действий, а также результатах официальных игр первенства России.

Значение коэффициентов надежности и эффективности выше в играх с лучшим соотношением забитых и пропущенных мячей (игры 4; 5; 6; 7; 8; 9; 11; 12; 14; 15; 16).

В играх характеризующихся более высокой игровой напряженностью (игры 1; 2; 10), этот коэффициент несколько ниже.

Снижение качественных показателей технико-тактических действий в проигранной игре (3 игра) и матче, завершившимся вничью (10 игра), объясняется более «жестким» сопротивлением со стороны соперника.

В контрольной группе следует отметить выраженную нестабильность результатов в выступлениях за команду, а также коэффициентов надежности и эффективности технико-тактических действий в этих играх,

что выражалось в их достаточно широком диапазоне. Например, коэффициент надежности варьировался в диапазоне от 52% до 85%, а среднее значение (61,5%) значительно ниже среднего значения этого коэффициента в экспериментальной группе (78,3%). Среднее значение коэффициента эффективности технико-тактических действий футболистов контрольной группы (63,7%) также был ниже по сравнению с этим показателем в экспериментальной группе (83,2%).

Такие параметры качественных показателей технико-тактических действий футболистов контрольной группы, по-видимому, прежде всего, объясняются недостаточным уровнем технико-тактической подготовленности игроков, использованием большого количества двигательных действий, характерных для большого футбола, что не позволило результативно провести все игры сезона.

Таким образом, результаты экспериментальной работы подтвердили выдвинутую нами гипотезу исследования и показали, что использование в учебно-тренировочном процессе разработанной методики позволяет повысить уровень технико-тактической подготовленности и результативности соревновательной деятельности квалифицированных футболистов.

Заключение

Анализ полученных нами данных в ходе исследования позволил сделать следующие выводы:

1. Изучив состояние проблемы совершенствования технико-тактической подготовки в теории и практике спортивной тренировки квалифицированных спортсменов в мини-футболе можно отметить, что отдельные стороны спортивной подготовки в мини-футболе были рассмотрены в работах С.Н. Андреева, П.Б. Кононенко, Д.М. Конурова, В.С. Левина, С.Н. Петько, М.С. Полишкиса, А.А. Полозова, С.Ю. Тюленькова. Однако в них затрагиваются лишь некоторые аспекты

совершенствования тактической подготовки в атаке и защите, исследование величины и параметров физических нагрузок в мини-футболе, классификации тренировочных упражнений, взаимосвязи физической и тактической подготовки футболистов, использование шкалы рейтинга в тренировочном процессе. Большинство исследований преимущественно направлено на реализацию функциональной подготовленности футболистов в ущерб технико-тактическому компоненту. Вместе с тем поиск новых подходов к спортивной подготовке опирается на необходимость повышения эффективности спортивной деятельности. При этом актуально стоит вопрос разработки новых средств и методов технико-тактической подготовки квалифицированных футболистов в мини-футболе.

2. В ходе исследования нами была обоснована модель процесса технико-тактической подготовки квалифицированных футболистов, включающая технологию поэтапного формирования специфических технико-тактических действий с использованием комплексов тренировочных упражнений. Модель создает условия для значительного повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и результативности соревновательной деятельности квалифицированных спортсменов в мини-футболе.

3. Разработаны комплексы тренировочных упражнений по формированию специфических технико-тактических действий. Они составлены с учетом особенностей соревновательной деятельности в мини-футболе и позволяют повысить эффективность формирования двигательных действий. В учебно-тренировочном процессе акцентируется внимание на поэтапное формирование специфических технико-тактических действий, с последовательным переходом от отдельного индивидуального технико-тактического действия к их связкам и комбинациям.

В экспериментальной методике используется технология поэтапного формирования специфических технико-тактических действий квалифицированных футболистов, которая состоит из трех формирующих этапов:

- формирование знаний о специфических двигательных действиях;
- создание устойчивого их выполнения на основе собственного двигательного опыта футболистов;
- стабилизация и дальнейшее совершенствование технико-тактических действий с упором на надежность и эффективность выполнения.

Первый этап технологии охватывает два первых микроцикла втягивающего мезоцикла подготовительного периода, второй этап начинается в последнем микроцикле втягивающего мезоцикла и длится в течение всего базового мезоцикла подготовительного периода, третий охватывает весь специально-подготовительный этап. При этом наиболее важным является последовательный переход от формирования элементов технико-тактических действий до формирования их соединений и комбинаций.

Эффективность применения методики технико-тактической подготовки квалифицированных футболистов подтверждается результатами исследования. Показатели соревновательной деятельности футболистов экспериментальной группы в конце педагогического эксперимента на достоверном уровне превышают данные показатели в начале эксперимента.

Выполненная работа показывает, что поиск средств и методов повышения эффективности учебно-тренировочного процесса в мини-футболе, в частности технико-тактической подготовки остаются актуальными. Перспективным представляется дальнейшее повышение эффективности технико-тактической подготовки квалифицированных футболистов с учетом современных тенденций развития мини-футбола, в основе которых лежат качественные изменения правил соревнований и системы их проведения, и как следствие, появлением в арсенале квалифицированных футболистов новых, более эффективных и результативных технико-тактических действий.

