

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

Кафедра спортивных дисциплин

**«ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ СДВИГИ В ОРГАНИЗМЕ ЮНЫХ
ФУТБОЛИСТОВ ПРИ ОБУЧЕНИИ ТАКТИЧЕСКИМ ПРИЕМАМ
ИГРЫ В НАПАДЕНИИ»**

АВТОРЕФЕРАТ МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ

студента 3 курса 342 группы

направление подготовки 49.04.01 Физическая культура
профиль «Физкультурно-оздоровительные технологии»

Института физической культуры и спорта

Мустафаева Парвина Гафуровича

Научный руководитель

Доцент, кандидат педагогических наук _____ В.Д. Гордеев
подпись, дата

Зав. кафедрой

Доцент, кандидат педагогических наук _____ В.Н. Мишагин
подпись, дата

Общая характеристика работы

Физиологические и физические качества подростков органически взаимосвязаны между собой. Совершенствование одних способствует лучшему проявлению других. Учитывая современные тенденции игры в футбол, большинство специалистов склонны утверждать, что наиболее высокие требования предъявляются сейчас к развитию силовых способностей совместно с тактическими приемами. Поставленные цели и задачи соответствуют теме исследования. Концепция работы в целом не вызывает принципиальных возражений. Текст работы написан в соответствии с правилами и содержит все необходимые части. Изложение отличается логичностью, полнотой и аналитичностью. Корректно сформулированы: объект, предмет, цели, задача исследования и основные положения, выносимые на защиту. В первой главе автор представляет теоретический обзор, переработав достаточное количество литературных источников. Особое внимание он уделяет возрастным особенностям развития детей и подростков. Во второй главе описывается педагогический эксперимент, анализируются его результаты на основе теоретических положений, принятых в первой главе.

Проблема представленного в работе исследования заключается в выявлении наиболее рациональных теоретических и практических выкладок в процессе проведения тренировочных занятий по футболу, связанных с овладением юношами тактических приемов в нападении.

Необходимость решения данной проблемы обусловила выбор темы исследования: «Обучение тактическим приемам игры в нападении юных футболистов 14-15 лет».

Целью исследования – выявление эффективных тактических приемов, которые, наиболее часто применяются в игре.

Объект исследования – процесс обучения юношей тактически грамотным действиям в нападении в футболе.

Предмет исследования - учебно-тренировочный процесс направленный на овладение юношами тактических приемов в нападении.

Гипотеза исследования состоит в том, что процесс обучения юношей тактически грамотным действиям в нападении в футболе может быть более продуктивным, если в ходе тренировочного занятия:

- сразу применять разучиваемые элементы на практике: сначала в форме упражнений без помех, затем в усложненных условиях (с соперником, постепенно усиливающим противодействие) и только после этого в тренировочной игре;

- использовать тренировочные игры вдвое ворот, как способ совершенствования быстрого и постепенного (позиционного) видов нападения;

- особое внимание уделять методу наглядности (к нему относятся: показ упражнения, демонстрация наглядных пособий, кинодемонстрация), где основополагающим является создание представления о структуре движения.

В соответствии с предметом, целью, гипотезой были поставлены следующие **задачи** исследования:

1. Осуществить теоретический анализ проблемы обучения юных футболистов различным действиям в нападении;
2. Выявить общий объем тактических действий, наиболее популярных у футболистов;
3. Выявить наиболее эффективные комбинации, применяемые в игре.

Для решения поставленных задач были использованы следующие **методы** исследования:

1. Теоретический анализ источников по проблеме обучения юных футболистов тактических приемам в нападении.
2. Обобщение педагогического опыта.
3. Педагогическое наблюдение.
4. Педагогический эксперимент.
5. Математическая обработка данных.

В первой главе представлен теоретический обзор проблемы обучения юных футболистов тактике игры в нападении: классификация тактических

приемов, различные способы их выполнения, а также методика обучения и методика совершенствования.

Во второй главе описывается педагогический эксперимент, анализируются его результаты на основе теоретических положений, принятых в первой главе.

Методы обучения тактике игры в нападении

первого этапа обучения действиям в нападении является создание представления о структуре выполняемых движений, ознакомление занимающихся с разучиваемыми элементами техники. При обучении как методы можно использовать: рассказ, краткие пояснения, указания, словесные оценки, беседы.

Методы слова при работе с юношами имеют свои особенности. Так, пользуясь рассказом при объяснении изучаемой финта или комбинации, тренер должен быть предельно краток и точен. Свой рассказ он должен подкрепить правильным показом упражнения. Лучше всего рассказом пользоваться непосредственно перед практическим выполнением упражнений.

Большое значение имеет метод наглядности. К нему относятся: показ упражнения, демонстрация наглядных пособий (плакатов, рисунков), кино-демонстрация.

Метод кино-демонстрации развивает объём и глубину внимания, позволяет в наикратчайшее время фиксировать правильность выполнения технико-тактических приёмов и мысленно разобрать свои ошибки.

Более того, в период фундаментальной подготовки игроки осваивают (совершенствуют) новую командную тактику или некоторые тактические построения. По сути, теоретически обеспечивается дальнейшее практическое обучение. На этом этапе рекомендуется вести занятия не в форме бесед, а в форме лекций (10-15 мин): знакомить футболистов с определенными построениями, демонстрируя их на макете. После лекций возможна дискуссия.

Указания и команды в ходе учебно-тренировочного урока по футболу должны быть чёткими и лаконичными. Они применяются как для уточнения и исправления ошибок при выполнении обманных движений, так и для поддержания необходимой дисциплины на занятиях. Словесные оценки преподавателя за выполнение технических приёмов, должны носить объективный характер. Нужно всегда похвалить ребят за хорошо выполненный элемент упражнения.

Итак, обучение атакующим тактическим приемам необходимо начать с показа и объяснения. Тренер должен назвать комбинацию, которая будет разучиваться, кратко объяснить суть ее выполнения, подчёркивая основные положения, а потом переходить к практическому выполнению. Вначале целесообразно использовать расчлененный метод обучения, то есть выполнения данного упражнения по частям во избежание путаницы и ошибок при выполнении.

На втором этапе обучения основное внимание следует уделить внимание деталям техники выполнения разучиваемого упражнения (комбинации) с учетом индивидуальных особенностей футболистов. Обучающиеся должны изучить и усвоить всё многообразие приёмов и в совершенстве овладеть всеми техническим элементом, которые входят в состав данного упражнения.

Основной метод обучения на втором этапе – метод многократного повторения упражнения. Следует отметить, что обучающим надоедает выполнять продолжительное время одно и тоже упражнение, потому при обучении стоит разнообразить упражнения. Это поддерживает у них интерес к изучаемому упражнению.

Вот что об этом сказал Осташев П.В.: «Введение переключения на другие виды деятельности в процессе однообразной работы позволяет не только успешно бороться с развивающимся у футболистов утомлением, но и стимулировать дальнейшую работу».

Освоение тактических приемов можно ускорить, если отдельные элементы сразу применять на практике: сначала в форме упражнений без помех, затем в усложненных условиях (с соперником, постепенно усиливающим противодействие) и только после этого в тренировочной игре. Условия игры должны быть такими, чтобы футболисты как можно чаще (в том числе и в облегченных условиях) выполняли изучаемые тактические приемы. Этой цели служат так называемые управляемые игры: футбол в два и три касания (для освоения быстрой игры), игра с 2-3 нейтральными (для обучения выбору места), игра в одно касание (для развития способности к ориентированию) и т. д.

Методы тактической подготовки многоплановы. Простые элементы тактики можно отрабатывать, выполняя упражнения технического характера, а тактику передач и выбор места — в процессе игры в «квадратах». При совершенствовании финтов и дриблинга рекомендуется дополнять соответствующие упражнения определенными заданиями тактического характера.

Основное средство совершенствования тактики игры в нападении – это упражнения, связанные непосредственно с игровой деятельностью футболистов и работой с мячом. Применение игровых приёмов в занятиях способствует созданию алгоритма, соответствующего соревновательным условиям. В результате применения игровых приёмов, связанных с совершенствованием игры в атаке, происходит адаптация организма спортсмена к действиям в условиях, приближенных к игре, что способствует повышению эффективности учебно-тренировочного процесса.

Тренировочные матчи чаще всего преследуют цели углубления, определенных тактических навыков. В этих случаях перед, игрой футболистам объясняют, что именно необходимо отработать прежде всего. Определенные тактические задания получает вся команда, отдельные группы (по линиям), а также каждый игрок персонально. Нельзя допускать, чтобы отдельные игроки по ходу игры действовали на свое усмотрение — вопреки интересам команды

или указаниям тренера (это не означает, что время от времени нельзя позволить игрокам расслабиться).

Во время тренировочных матчей тренер не должен находиться на игровой площадке постоянно и чрезмерно много советовать. Игроки (прежде всего, лидеры) обязаны стараться как можно больше действовать самостоятельно. Через 15-20 мин игру следует приостановить и кратко (в течение 2-3 мин) оценить действия подопечных. Тренер может вмешаться и тогда, когда видит повторяющиеся ошибки в выборе игроками тактического решения. Задача наставника показать, как действовать правильно.

Итак, в футболе существует огромное количество атакующих комбинаций. Однако в ходе игры используется лишь их малая часть: только те, которыми футболисты овладели в совершенстве и не боятся применять их в ходе матча.

Основная задача тренера научить футболистов в совершенстве применять тактические навыки игры в атаке таким образом, чтобы данные действия положительно влияли на результат матча.

Структура работы

Магистерская работа посвящена процессу обучения юношей тактически грамотным действиям в нападении в футболе.

Центральным вопросом работы является вопрос о выявлении эффективных тактических приемов, которые наиболее часто применяются в игре и физиологические сдвиги в организме юношей.

В первой главе работы представлен теоретический обзор проблемы обучения юных футболистов тактике игры в нападении; классификация тактических приемов, различные способы их выполнения, а также методика обучения и методика совершенствования. Во второй главе описывается педагогический эксперимент, анализируются его результаты на основе теоретических положений, принятых в первой главе. Автором выбраны методы исследования, соответствующие поставленным задачам, и результаты убедительно доказывают

состоятельность выдвинутой гипотезы. Автор делает убедительные и логичные выводы, которые соответствуют результатам исследования.

Экспериментальная часть

Задачей исследования является выявление наиболее популярных и эффективных тактических приемов (комбинаций) при игре юных футболистов в нападении, а также разработка и апробирование системы обучения данным атакующим действиям, сравнение ее с методиками чаще других применяемыми.

Педагогический эксперимент проводился на базе Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» Энгельсского муниципального района Саратовской области (МАУ ДО «ДЮСШ»).

Исследования проводились в группе юношей 14-15 лет в период с февраля по май 2020 г., под руководством тренера Рябых Андрея Викторовича. В исследовании принимали участие 20 юных футболиста, из которых были составлены две группы (контрольная и экспериментальная) по 10 человек в каждой. Для обучения тактике игры в нападении соответственно использовались следующие методы: 1) многократного повторения (для контрольной группы); 2) игровой с использованием тренировочных игр вдвое ворот (для экспериментальной группы). В обеих группах до непосредственного выполнения разучиваемых упражнений в качестве наглядных пособий использовались схемы, зарисовки и кино-демонстрация отдельных сложных тактических элементов комбинации.

Занятия проводились два раза в неделю по 100 мин. каждое (всего за время эксперимента 18 тренировочных занятий) при соблюдении общепринятой тренировочной структуры (разминка, основная часть и заключительная). Первые 10 занятий были направлены на обучение юношей различным атакующим комбинациям. После этого, 11-16 занятия были посвящены совершенствованию ранее изученных атакующих действий. На 17-

ом занятия непосредственно проводилась первая часть педагогического эксперимента, целью которого являлось сравнение эффективности использования при обучении юных футболистов различным комбинационным взаимодействиям в атаке метода многократного повторения упражнения с игровым методом. Проведение 18-го занятия полностью было посвящено двусторонней игре в футбол (в которой были задействованы футболисты контрольной и экспериментальной групп), где в процессе наблюдения за игровой деятельностью футболистов фиксировалось в специально разработанной карточке количество атакующих комбинаций за игру, выполненных без нарушения правил игры в футбол. Другими словами, на 18-ом занятии целесообразно было выявить наиболее популярные и эффективные тактические приемы в нападении, используемые футболистами.

Структура тренировочного занятия при обучении юных футболистов тактике игры в нападении (100 мин.):

- 1) Разминка: комплекс ОРУ в движении, на месте, а так же специально-беговые упражнения – 20 мин.;
- 2) Основная часть занятия (всего 75 мин.):
 - а) краткий рассказ тренера об атакующей комбинации в сочетании с объяснением сущности его выполнения посредством использования схем, зарисовок и кинодемонстраций отдельных сложных тактических элементов комбинации – 15 мин;
 - б) показ данного упражнения (можно на личном примере) сначала по частям, потом в целом – 10 мин;
 - в) непосредственное выполнение юными футболистами разучиваемой комбинации – 20 мин;
 - г) дальнейшее закрепление атакующей комбинации (всего на 30 мин.) с применением:
 - метода многократных повторений – для контрольной группы;
 - игрового метода с использованием тренировочных игр в двое ворот – для экспериментальной группы;

3) Заключительная часть: упражнения на восстановление – 5 мин.

При разработке данного плана построения тренировочного занятия предусматривалось:

1. Во избежание однообразных тренировок, которые утомляют спортсменов, тренер систематически должен вводить новый материал, варьировать нагрузку;

2. До начала занятия тренер обязан информировать занимающихся об объёме и интенсивности тренировки.

Условным соперником являлись специальные стойки, имитирующие обороняющегося футболиста, которые необходимо было обыграть. До начала всех испытаний юные спортсмены подробно инструктировались о содержании и требованиях в каждом упражнении. Кроме этого, им была предоставлена возможность в течение 3-х минут опробовать каждое задание.

Оценивалась правильная техника выполнения, скорость и эффективность (взятие ворот) выполнения разучиваемого упражнения.

На основе этих данных юные футболисты (группа юных футболистов) в конце каждого занятия получали оценки за выполнение комбинации: 5 («отлично»), 4 («хорошо»), 3 («удовлетворительно»), 2 («неудовлетворительно»).

До начала всех испытаний юные спортсмены подробно инструктировались о содержании и требованиях в каждом упражнении. Кроме этого, им была предоставлена возможность в течение 3-х минут опробовать каждое задание.

Заключение

. Результаты эксперимента свидетельствуют о том, обучение юных футболистов обманным движениям проходит намного быстрее, если в ходе практических занятий использовать наиболее продуктивные способы обучения, такие, как игровой метод с использованием тренировочных игр

вдвое ворот, где главным критерием является достижение максимально возможного результата за минимальный промежуток времени.

2. Метод обучения многократных повторений, который применялся в контрольной группе, при сегодняшних темпах развития футбола не только не актуален, он устарел.

3. В процессе наблюдений отмечено, что в силу юного возраста футболисты предпочитают использовать одну или нескольколюбившихся им атакующих комбинаций, и довольно редко используют другие. Это объясняется тем, что одни комбинации выполнить легче с технической точки зрения, другие – тяжелее.

4. Наиболее часто применяемыми в ходе игры атакующими комбинациями являются:

- комбинация «в стенку»;
- действия игроков в быстром нападении;
- действия игроков в постепенном (позиционном) нападении;

5. Систематическая соревновательная практика способствует повышению спортивных результатов и спортивного мастерства.

6. На мой взгляд, в ходе тренировочного занятия наибольшую эффективность в обучении юных футболистов обманным движениям принесёт сочетание игрового метода с использованием тренировочных игр вдвое ворот с методом кинодемонстрации, который, в свою очередь, развивает объём и глубину внимания, позволяет в наикратчайшее время фиксировать правильность выполнения того или иного элемента комбинации.

7. Стоит отметить, что данный эксперимент носит лишь субъективный характер, так как помогает выявить эффективные и популярные атакующие комбинации только по результатам некоторых разновидностей контрольных испытаний в данный момент времени.