

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Саратовский национальный исследовательский государственный
университет имени Н.Г. Чернышевского»

Кафедра теоретических основ физического воспитания

ПРОГРАММА ПОЭТАПНОГО ФОРМИРОВАНИЯ
ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ
МИНИ-ФУТБОЛИСТОВ КОМАНДЫ «САРАТОВ-ВОЛГА»

АВТОРЕФЕРАТ МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ

студента 2 курса 206 группы

направление подготовки 44.04.01 Педагогическое образование
профиль «Физическая культура»

Института физической культуры и спорта

КУТЕЙНИКОВА АНДРЕЯ ДМИТРИЕВИЧА

Научный руководитель
кандидат медицинских наук,
доцент

_____ Н.М. Царева
подпись, дата

Зав. кафедрой
кандидат медицинских наук,
доцент

_____ Т.А. Беспалова
подпись, дата

Саратов, 2023

ВВЕДЕНИЕ

Для достижения высоких результатов в современном мини-футболе необходима качественная подготовка спортивного резерва. Основными факторами успеха любой команды являются техника игроков, тактика и общее состояние каждого игрока, включая физическое, морально-волевое и психологическое.

Развитие мини-футбола невозможно без профессионального подхода к управлению спортивной тренировкой на разных этапах подготовки. Однако, существует **противоречие** между высокими требованиями к уровню технико-тактической подготовленности мини-футболистов и недостаточной эффективностью существующей методики. Поэтому, **актуальность исследования** заключается в повышении эффективности технико-тактических действий квалифицированных футболистов для достижения результативности в мини-футболе.

Большинство исследований фокусировалось на функциональной подготовке футболистов, сосредоточиваясь на технической и тактической составляющей. Однако, для повышения эффективности соревновательной деятельности, необходимо искать новые пути совершенствования спортивной подготовки. У игроков в мини-футболе наблюдается повышенное напряжение в игровых моментах и уменьшение пассивных фаз действий каждого футболиста.

Проблема исследования заключается в отсутствии достаточного количества научных работ, посвященных технико-тактической подготовке квалифицированных мини-футболистов. Существующие исследования сконцентрированы на улучшении соревновательной деятельности через повышение уровня физической подготовленности и развитие двигательных качеств, таких как быстрота, скоростная выносливость, скоростно-силовые и координационные способности. Но в настоящее время не хватает информации о совершенствовании специфических технико-тактических действий, необходимых для успешной игры в мини-футболе. Поэтому данное

исследование является актуальным, так как оно позволяет выявить противоречия и сформулировать проблему.

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

Предметом исследования выступает технико-тактическая подготовка.

Целью исследования является разработка и проверка эффективности программы, которая повысит результативность соревновательной деятельности спортсменов в мини-футболе.

В исследовании была предложена **гипотеза** о том, что специально разработанный комплекс тренировочных упражнений, основанный на характерных особенностях соревновательной деятельности мини-футбола и направленный на поэтапное формирование специфических технико-тактических действий, существенно улучшит результативность спортсменов.

Для проверки этой гипотезы были поставлены следующие **задачи**:

1. Анализ научно-методической литературы в области технико-тактической подготовки игроков и особенностях соревновательной деятельности в мини-футболе.
2. Разработка программы подготовки для квалифицированных мини-футболистов, направленной на повышение результативности их соревновательной деятельности.
3. Проверка эффективности этой модели с помощью педагогического эксперимента.

Для достижения целей исследования были использованы различные **методы**, включая:

- анализ научных и методических материалов,
- наблюдение за тренировочным и соревновательным процессом,
- проведение педагогического эксперимента,
- тестирование уровня подготовленности мини-футболистов
- применение методов математической статистики.

Практическая значимость полученного материала заключается в его использовании тренерами спортивных школ для эффективной технико-тактической подготовки игроков мини-футбольных команд.

База педагогического исследования. Исследование проводилось на базе мини-футбольной клуба «Саратов-Волга», принимающего участие в Всероссийских соревнованиях по мини-футболу (футзалу) среди мужчин (PARI-Высшая лига Конференция «Восток») сезона 2022/2023 гг.

Структура выпускной квалификационной работы включает введение, три главы, заключение, приложения и список использованных источников, состоящий из 41 наименования. Работа содержит таблицы и диаграммы.

КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

Анализ соревновательной деятельности в игровых видах спорта показывает, что не все работы содержат информацию о методике обследования соревновательной деятельности, надежности и информативности ее показателей. В настоящее время все большую популярность приобретают дифференцированные методы исследования, которые позволяют изучать различные аспекты спортивной деятельности, такие как технико-тактические действия, эндокринные механизмы регуляции функций организма, биомеханические характеристики, энергетические показатели и психологические показатели. Такие исследования играют важную роль в совершенствовании системы подготовки квалифицированных спортсменов, поскольку без информации о соревновательной деятельности невозможно рационально управлять процессом подготовки высококвалифицированных спортсменов.

Структура соревновательной деятельности в спортивных играх состоит из условно расположенных многоуровневых компонентов. Верхний уровень компонента образует систематическое и целостное противостояние спортсменов обеих команд, в котором все составляющие структуры представлены в их отношениях. Второй компонент состоит из командно-

тактических действий в атаке и обороне. Командные тактические действия – это решающий фактор в подборе тактико-технических действий и их развитии во времени и пространстве. Третий компонент – это групповые тактические действия в атаке и обороне.

Техническую подготовку нельзя рассматривать изолированно. Техническая подготовленность предстает как часть единого целого всей соревновательной деятельности, в ней технические решения тесно связаны с физическими, психическими, тактическими и другими умениями спортсмена, а также с конкретными условиями внешней среды, в которой проводятся спортивные состязания. Некоторые исследователи утверждают, что в мини-футболе игрокам необходимо постоянно повышать уровень технико-тактической подготовленности, которая должна соответствовать всем требованиям спорта. Высокий уровень технико-тактической подготовленности в мини-футболе, прежде всего, определяется эффективностью техники.

Для улучшения процесса подготовки команды необходимо иметь информацию о требованиях, предъявляемых соревновательной деятельностью в мини-футболе, а также о технико-тактической подготовке игроков.

Исследование было разделено на четыре этапа. В начале исследования был проанализирован научно-методический материал, посвященный технико-тактической подготовке спортсменов в большом и мини-футболе. После изучения основных направлений подготовки была выявлена актуальность исследования, сформулирована цель и выбраны методы для проведения научной работы. Кроме того, была разработана рабочая гипотеза и определены частные задачи для последующего решения.

Далее было проведено педагогическое наблюдение за тренировочной деятельностью мини-футболистов. В рамках данного этапа был проанализирован набор средств, используемых в тренировочном процессе для развития технико-тактических навыков игры в мини-футбол и повышения физической подготовленности игроков. В частности, была проведена

систематизация методов и средств учебно-тренировочной деятельности, а также были проанализированы способы технико-тактических комбинаций, пропорциональные по содержанию и уровню подготовки игроков.

С использованием материалов педагогического наблюдения и литературного анализа была разработана методика, которая моделирует поэтапное формирование специфических технико-тактических действий у мини-футболистов с помощью комплекса тренировочных упражнений, основанных на характерных особенностях соревновательной деятельности мини-футбола.

Для проведения педагогического эксперимента с квалифицированными мини-футболистами клуба «Саратов-Волга» было сначала проведено предварительное тестирование, чтобы определить их исходный уровень подготовленности. На основе результатов тестирования были сформированы две группы - контрольная и экспериментальная, каждая из которых состояла из 7 человек.

Футболисты экспериментальной группы занимались с использованием разработанной программы тренировок, в то время как игроки контрольной группы следовали традиционной программе МФК без изменений. Тренировочные занятия с применением экспериментальной программы проводились по определенной схеме на подготовительном этапе (см. Приложение 1, таблица 2).

После завершения эксперимента было проведено повторное тестирование, чтобы оценить эффективность использованных упражнений в улучшении физической и технико-тактической подготовки мини-футболистов.

На заключительном этапе исследования был проведен математический и сравнительный анализ полученных результатов тестирования, а также систематизация данных. На основе этого были сделаны выводы о проделанной работе. В выпускной квалификационной работе соблюдались требования ГОСТ Института физической культуры и спорта Саратовского национального

исследовательского государственного университета имени Н.Г. Чернышевского.

На предварительной стадии эксперимента было проведено тестирование футболистов контрольной и экспериментальной групп для установления исходного уровня физической и технико-тактической подготовленности спортсменов. Среднеарифметические показатели по каждой группе представлены в Таблице 1.

Таблица 1 - Среднеарифметические показатели предварительного тестирования мини-футболистов МФК «Саратов-Волга»

Название теста	Результаты тестирования по группам	
	Контрольная (n= 7)	Экспериментальная (n=7)
<i>Оценка уровня физической подготовленности</i>		
Бег 30 м со старта (сек.)	4,33	4,32
Бег 4x10 м со старта (сек.)	8,36	8,37
Прыжок в длину с места (см)	2,32	2,30
Пятерной прыжок в длину с места (м)	13,46	13,48
Бег на дистанцию 3 км (сек.)	685	689
<i>Оценка уровня технико-тактической подготовленности</i>		
Ведение мяча с партнером (сек.)	2,32	2,34
Ведение мяча с обводкой (сек.)	3,47	3,45
Ведение мяча с ударом по воротам (сек.)	2,56	2,58

Полученные данные свидетельствуют о том, что в начале педагогического эксперимента результаты тестирования "Бег на 30 метров со старта" у футболистов контрольной и экспериментальной групп практически совпадали. В контрольной группе средний показатель равнялся 4,33 сек., в

экспериментальной группе – 4,32 сек. Представленное тестирование направлено на оценку скоростных способностей мини-футболистов.

Средний показатель в «Прыжке в длину с места» в контрольной группе составил 2,32 см, в экспериментальной группе футболисты на предварительной стадии исследования показали средний результат 2,30 см.

Помимо оценки уровня физической подготовки на этапе констатирующего эксперимента были определены исходные показатели технической подготовки футболистов. Результаты предварительного тестирования показали, что достоверных значений, оценивающих уровень подготовленности футболистов контрольной и экспериментальной групп, не обнаружено. Результаты констатирующего педагогического эксперимента являются доказательством того, что испытуемые группы футболистов в целом однородны ($P > 0,05$).

В конце формирующего эксперимента было проведено повторное тестирование для определения итоговых результатов физической и технико-тактической подготовленности мини-футболистов и определения эффективности предложенной модели подготовки. Результаты представлены в Таблице 2.

Таблица 2 - Среднеарифметические показатели повторного тестирования мини-футболистов МФК «Саратов-Волга»

Название теста	Результаты тестирования по группам	
	Контрольная (n= 7)	Экспериментальная (n=7)
<i>Оценка уровня физической подготовленности</i>		
Бег 30 м со старта (сек.)	4,27	4,08
Бег 4x10 м со старта (сек.)	7,45	6,39
Прыжок в длину с места (см)	2,39	2,50
Пятерной прыжок в длину с места (м)	13,71	13,93

Бег на дистанцию 3 км (сек.)	673	653
<i>Оценка уровня технико-тактической подготовленности</i>		
Ведение мяча с партнером (сек.)	2,28	2,20
Ведение мяча с обводкой (сек.)	3,41	3,30
Ведение мяча с ударом по воротам (сек.)	2,53	2,49

По результатам повторного тестирования было выявлено, что в контрольной и экспериментальной группах к концу формирующего эксперимента наблюдаются статистически значимые различия в физической и технической подготовленности мини-футболистов.

Так, испытуемые экспериментальной группы во всех тестированиях показали результаты достоверно выше по сравнению с представителями контрольной группы.

Сравнительный анализ изучаемых параметров позволил установить достоверные различия в пользу экспериментальной группы по сравнению с результатами контрольной группы.

Анализ динамики полученных показателей, представленный на диаграммах ниже, формирует представления о состоянии уровня физической и технико-тактической подготовленности мини-футболистов.

В тесте на определение уровня развития быстроты «Бег 30 м со старта» по сравнению с исходным тестированием футболисты обеих групп улучшили показатели. В контрольной группе процент прироста составил 1,4%, при повторном тестировании спортсмены этой группы показали среднее время 4,27 сек. В экспериментальной группе наблюдался более высокий рост показателей по сравнению с предварительными данными – 6%. При итоговом тестировании футболисты показали результат – 4,08 сек.

В прыжке в длину с места мини-футболисты МФК «Саратов-Волга» экспериментальной группы на 8,7% улучшили свои предварительные результаты. Спортсмены контрольной группы также улучшили показатели в данном тесте, но рост произошел лишь на 3%.

В оценке уровня технико-тактической подготовленности наибольший прирост показателя был зафиксирован в тесте «Ведение мяча с партнером». В экспериментальной группе к концу формирующего эксперимента мини-футболисты улучшили результат на 8%. Средний показатель при повторном тестировании составил 2,2 сек. В контрольной группе показатели в представленном тесте выросли к концу эксперимента на 1,7%, а время прохождения дистанции улучшилось на 0,04 секунды.

В тесте «Ведение мяча с обводкой» спортсмены контрольной группы улучшили предварительный результат на 1,7%. Такой же показатель был зафиксирован в тесте «Ведение мяча с партнером». К концу формирующего эксперимента средний показатель в контрольной группе составил 3,41 сек.

Более высокий прирост показателя был зафиксирован у спортсменов экспериментальной группы. При повторном тестировании среднеарифметический показатель составил 3,3 сек., что на 4,4% выше первоначального результата.

Проведенное исследование показало, что футболисты МФК «Саратов-Волга», подготовленные по экспериментальной методике, имеют более высокий уровень технико-тактической подготовленности по сравнению с игроками, тренирующимися по традиционной методике.

Данное обстоятельство является подтверждением эффективности предложенной модели подготовки мини-футболистов. Кроме того, юным спортсменам из экспериментальной группы удалось улучшить качество выполнения технических тестов.

Результаты проведенного исследования показывают, что преимущество мини-футболистов экспериментальной группы в оценке уровня физической и технико-тактической подготовленности после формирующего эксперимента

объясняется использованием предложенной программы подготовки. Это приводит к следующим изменениям:

- улучшению согласованности индивидуальных и групповых технико-тактических действий на основе общего понимания игровых ситуаций и способов их решения;
- улучшению технико-тактических способностей, включая быстроту и точность восприятия игровых ситуаций, выбора оптимального решения и повышение уровня физической подготовленности.

По результатам исследования разработанная программа поэтапного формирования специфических технико-тактических действий квалифицированных мини-футболистов способствовала также повышению физической подготовки спортсменов экспериментальной группы.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Можно сделать вывод о преимуществах использования экспериментальной методики в подготовке футболистов:

1. В ходе исследования научно-методической литературы был проанализирован современный подход к технико-тактической подготовке игроков в мини-футболе. Также были изучены программы и документы, используемые тренерами при планировании тренировочного процесса, учитывая современные теоретические подходы, связанные с деятельностным подходом. На основе литературного анализа и опыта специалистов в области мини-футбола было установлено, что отсутствует новая научно-методическая информация, которая бы раскрывала теоретические, практические и педагогические аспекты формирования и улучшения технико-тактической подготовленности мини-футболистов через специальные движения, повышающие эффективность соревновательной деятельности спортсменов в мини-футболе.

При повышении уровня технико-тактической подготовленности квалифицированных мини-футболистов необходимо учитывать их способность применять навыки на соревнованиях, а не только на тренировках.

Взаимосвязь между структурой движения и развитием физических качеств является одним из основных методических условий для усовершенствования технико-тактических навыков. Рациональная технико-тактическая подготовка требует соответствия уровня физической подготовленности игроков и уровня владения ими спортивной техникой.

Изучение научно-методической литературы в области соревновательной деятельности позволяет выделить специфические технико-тактические действия, такие как остановка мяча подошвой, ведение мяча подошвой, различные финты подошвой, передачи мяча подошвой и удары носком.

2. В рамках педагогического исследования была разработана программа технико-тактической подготовки квалифицированных мини-футболистов, цель которой являлось повышение результативности игроков на соревнованиях. Эта программа создает условия для более эффективного тренировочного процесса и повышения результативности квалифицированных спортсменов в мини-футболе.

Для реализации этой программы были разработаны упражнения, которые позволяют поэтапно формировать у футболистов специфические технико-тактические действия с помощью специально разработанного комплекса тренировочных упражнений, основанных на особенностях соревновательной деятельности в мини-футболе. Проведение индивидуальных и групповых соревновательных упражнений на занятиях, а также регулярные двусторонние и контрольные игры помогли участникам экспериментальной группы улучшить свои технико-тактические навыки. Эти игры не только являлись эффективным средством тренировки, но и позволяли контролировать подготовленность каждого игрока и команды в целом.

3. Для оценки эффективности модели подготовки квалифицированных игроков в мини-футболе был проведен педагогический эксперимент. Результаты эксперимента свидетельствуют о том, что футболисты из экспериментальной группы проявили более высокий уровень физической и

техничко-тактической подготовленности по сравнению со спортсменами из контрольной группы.

Сравнение динамики роста показателей контрольной и экспериментальной групп показало следующие результаты:

- время бега 30 м со старта в контрольной группе улучшилось на 1,4%, в экспериментальной группе – на 6%;
- время в беге 4x10 м со старта в контрольной группе улучшилось на 10%, в экспериментальной группе – на 24%;
- результат в прыжке в длину с места в контрольной группе улучшился на 3%, в экспериментальной группе – на 8,7%;
- в пятерном прыжке в длину с места в контрольной группе результат улучшился на 1,8%, в экспериментальной группе – на 3,4%;
- время в беге на дистанцию 3 км в контрольной группе улучшилось на 1,7%, в экспериментальной группе – на 5,2%;
- время ведения мяча с партнером в контрольной группе улучшилось на 1,7%, в экспериментальной группе – на 6%;
- время ведения мяча с обводкой в контрольной группе улучшилось на 1,7%, в экспериментальной группе – на 4,4%;
- время ведения мяча с ударом по воротам в контрольной группе улучшилось на 1,2%, в экспериментальной группе – на 3,5%;

Таким образом, можно утверждать, что при сравнении двух программ, используемых в тренировочном процессе футболистов МФК «Саратов-Волга» наиболее эффективной оказалась экспериментальная программа, комплексы упражнений в которой были составлены с учетом характерных особенностей соревновательной деятельности в мини-футболе и позволили повысить эффективность формирования специфических двигательных действий у игроков экспериментальной группы.