

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

Кафедра спортивных игр

**«СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ДИНАМИКИ РАЗВИТИЯ  
ТЕХНИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ»**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 4 курса 414 группы  
направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование  
профиль «Физическая культура»  
Института физической культуры и спорта  
Майоровой Марии Андреевны

**Научный руководитель**

доцент, к.ф.н.

\_\_\_\_\_

подпись, дата

Р.С. Данилов

**Зав. кафедрой**

доцент, к.ф.н.

\_\_\_\_\_

подпись, дата

Р.С. Данилов

Саратов 2024

## ВВЕДЕНИЕ

К негативным факторам стагнации в отечественном футболе можно отнести отсутствие высоких спортивных достижений сборной команды России по футболу, а также клубных команд на международных кубках различного масштаба и уровня. Выступление юношеских и молодёжных команд можно отнести как к причинам плохого выступления сборной команды, так и к его же следствию. Ряд специалистов считают, что причиной данного положения служит отсутствие ярких молодых игроков или же недостаточное финансирование детских клубных и региональных соревнований, которые в перспективе могли бы выделить игроков с высоким потенциалом в будущем.

В последние годы ряд специалистов по футболу отмечает отставание в таких показателях как техническое мастерство и тактическая подготовленность российских футболистов. Данное положение можно считать устоявшейся тенденцией, сделав простую аналитику выступления сборных российских команд за последние 15 лет. Поэтому для успеха в футболе необходима хорошая и разносторонняя физическая подготовка, независимо от технических и тактических навыков игроков. Если физическая подготовка хотя бы одного игрока не соответствует современным стандартам футбола, то команда не сможет достичь успеха.

Принципы многолетней тренировки футболистов во многом определяются возрастными границами. Если условно обозначить вышеуказанные границы по годам, то это примерно будет выглядеть так: [2]

1. Начальная подготовка - 8-10 лет;
2. Начальная специализация - 11-12 лет;
3. Углубленная подготовка - 13-15 лет;
4. Спортивное совершенствование - 16-18 лет.

Указанная возрастная периодизация многолетней подготовки спортивного резерва в футболе несколько условна и необходима, чтобы более четко увидеть разницу в планировании на разных этапах подготовки [43].

**Актуальность исследования** диктуется необходимостью повышения уровня обучения техническим приемам в футболе детей 15 лет, применяя средства и методы, с учетом их физической подготовленности.

Обусловленность технической подготовки возрастными закономерностями структуры соревновательной деятельности юных футболистов предусматривает необходимость изменения и построения ее по принципу интегральной подготовки.

Содержательная сторона, в частности технология планирования и методика обучения техническим приёмам на основе учета разносторонности техники и тактики игры юных футболистов, остается недостаточно разработанной и, следовательно, недостаточно эффективной, что подтверждает актуальность исследования.

**Гипотеза.** Управление тренировочным процессом посредством включения индивидуализации упражнений направленных на совершенствование технических приёмов даст положительный эффект при реализации тренировочной и соревновательной деятельности, а так же даст большую вероятность при прогнозировании спортивных результатов и достижений.

**Объект исследования** – Процесс технической подготовленности юных футболистов.

**Предмет исследования** – средства развития технических приемов юных футболистов.

**Цель исследования** – обоснование эффективности методики совершенствования техническим приёмам игры в футбол.

**Задачи исследования:**

1. Провести анализ научно-методической литературы по данной проблеме.
2. Провести анализ методики обучения техническим приёмам игры в футбол.

3. Оценить эффективность сдачи нормативов по технической подготовленности юных футболистов.

4. Провести сравнительный анализ эффективности методик

Для решения поставленных задач использовались следующие **методы**

**исследования:**

1. Педагогическое наблюдение.

2. Педагогический эксперимент.

3. Тестирование

4. Методы математической статистики.

## Основное содержание работы

Футбол - это вид спорта, основанный на противостоянии двух команд, которые стремятся совершать меньше ошибок, чем их соперник.

Футболист постоянно меняет интенсивность выполнения действий, что характеризует его деятельность. Он включает в себя «высокоинтенсивную мышечную работу, чередующуюся с периодами пониженной активности и относительного покоя» [29]. В игре используются различные движения, такие как ускорения, прыжки и рывки, в сочетании с бегом, ходьбой, остановками и изменением направления, ритма и темпа. Эта работа требует значительных энергозатрат.

Факторы, определяющие успех футбольной команды, включают техническую, тактическую, физическую и психологическую подготовку каждого игрока. «Только команда, которая гармонично сочетает все эти элементы, может показывать стабильную игру на протяжении всего сезона. Однако такое сочетание возможно только с правильным планированием и построением тренировочного процесса» [31].

Если игрок не находится в хорошей физической форме, то его высокотехнические навыки не смогут проявиться в полной мере. Такой игрок быстро устанет и не сможет контролировать мяч. С другой стороны, игрок, который находится в прекрасной форме, но имеет плохую технику владения мячом, может быть неэффективным на поле, так как будет долго обрабатывать мяч и делать неточные передачи. Наконец, игрок, который обладает как хорошей техникой, так и отличной физической формой, может все равно не добиваться успеха из-за тактических ошибок.

Поэтому для успеха в футболе необходима хорошая и разносторонняя физическая подготовка, независимо от технических и тактических навыков игроков. Если физическая подготовка хотя бы одного игрока не соответствует современным стандартам футбола, то команда не сможет достичь успеха.

«В каждом игровом эпизоде несколько футболистов должны согласовывать свои действия по скорости, пространству и игровым задачам. Если один из участников не обладает необходимыми физическими и функциональными возможностями, то выполнение задач игрового эпизода невозможно» [20]. Например, игрок с недостаточной физической подготовкой не сможет опередить соперника в борьбе за мяч или удержать тактически выгодную позицию.

Кроме того, «в футболе необходимо быстро и точно оценивать тактические ситуации, принимать точные решения и мгновенно реализовывать их. Футболисты с недостаточно развитой быстротой реагирования на движущиеся объекты или выбором тактики будут иметь низкую тактическую эффективность» [6].

В-третьих, футбол становится все более атлетической игрой, где активные парные и групповые единоборства являются неотъемлемой частью игры. Хорошо подготовленный футболист может успешно справляться с борьбой за мяч, избегать опасных столкновений и быстро восстанавливаться после толчков соперника. В процессе игры футболистам приходится выполнять много прыжков, торможений и силовых действий.

«В течение 7-9 месяцев команды мастеров проводят игры один или два раза в неделю. В это время футболисты должны поддерживать оптимальную спортивную форму, которая не только зависит от их физического состояния, но и от психологического» [19]. Поэтому современный футболист должен обладать не только физическими качествами, такими как скорость, выносливость, прыгучесть, координация и гибкость, но и высокими морально-волевыми качествами.

Если у игрока есть серьезные эмоциональные проблемы, которые мешают ему сконцентрироваться на игре, даже если его физическое состояние отличное, он не сможет показать хорошие результаты.

«Единство физического и психологического состояния является ключевым фактором успеха в спорте. Задача тренера в подготовительном

периоде заключается не только в укреплении физического, но и психологического состояния каждого игрока» [21].

Одним из ключевых аспектов работы тренера является планирование и анализ тренировок и соревновательных нагрузок. Для эффективной работы важно использовать показатели, которые помогут составить правильный план тренировочного процесса.

Согласно теории, на базовом этапе подготовительного периода объем средств физической подготовки должен быть значительно выше, чем во втором круге соревновательного периода.

Важно понимать, какую роль играют упражнения, которые относятся к тактической или физической подготовке, особенно в футболе. Например, «выполнение тактического упражнения требует использования технических навыков, таких как ведение мяча, удары, передачи и обводки, что помогает улучшить технику игры. Такие упражнения способствуют развитию аэробных и анаэробных возможностей игроков и являются средствами для совершенствования физической подготовленности» [4].

В футболе все физические качества игрока имеют значение для достижения конечного результата. Однако влияние каждого из них зависит не только от игрового амплуа, но и от этапа подготовки футболистов. Для эффективного управления процессом обучения и тренировок необходимо получать объективные данные о физической подготовленности игроков и отслеживать динамику ее изменений в течение цикла или этапа подготовки.

Существует общая и специальная физическая подготовка для футболистов. Выполнение большинства технических приемов зависит от уровня физической подготовленности.

«Использование разнообразных упражнений объясняется тем, что игра в футбол оказывает влияние на многие физические качества и способности игроков, однако на некоторые проявления она может оказывать недостаточное воздействие» [29]. Однако, кроме специфических упражнений, тренеры также

используют неспецифические упражнения, например, силовые тренировки и прыжковые упражнения, для развития силовых качеств и прыгучести.

Исходя, из задач исследования были сформированы 2 группы – экспериментальная и контрольная по 10 человек в каждой. В исследовании принимали участие юноши, занимающиеся в секции футбола в СШОР № 14 и в ФК «МБЛ», в возрасте 15 лет.

Контрольная группа занималась по программе, разработанной и утвержденной в СШОР № 14. Экспериментальная же группа занималась по программе спортивного клуба МБЛ, по руководством Ахтанова В.В.

Эксперимент продолжался 4 месяца – с сентября 2023 года по декабрь 2023 года. Тренировки проводились 3 раза в неделю по 1 ч. 50 м.

Обе методики представляют собой последовательность простых упражнений без мяча и с мячом, и строятся от простого к сложному. В обеих методиках обучения техническим приёмам упор делается на технику выполнения отдельных элементов в наиболее простом варианте, а после - уже простые элементы соединяются в один сложный технический приём, но различия заключаются в упражнениях, за счёт которых осуществляется постановка техники и их количестве в каждом отдельном виде удара. И по мере того, как техника владения мячом совершенствуется, эффективность выполнения, каждого технического приёма достигается за счёт работы мышечной памяти через многократное повторение данного приёма.

Обе группы занимались согласно требованиям технической подготовки, изучались все необходимые для этого технические приёмы. В своём исследовании мы остановились на изменении методики обучения двум техническим приёмам это:

1. Удар по мячу внутренней стороной стопы по воротам с вратарём.  
Цель: забить мяч в ворота по воздуху внутренней стороной стопы.
2. Удар по мячу внутренней частью подъема по воротам с вратарём.  
Цель: забить мяч в ворота по воздуху внутренней частью подъема.

При выборе последовательности простых технических приёмов из которых состоят разработанные методики обучения двум видам удара мяча по воротам, автор ВКР был не согласен с предложенными простыми техническими приёмами и их последовательностью в методике обучения принятой в СШОР № 14. Поэтому опираясь на исследования и методические разработки авторов, были выбраны альтернативные технические приёмы с определённой последовательностью освоения при обучении в разработанной методике в целях повышения эффективности обучения детей сложным техническим приёмам. Отсюда есть и значительное различие последовательности обучения в методике принятой в СШОР № 14 и ФК «МБЛ».

1. «Для качественного усвоения материала необходимо обеспечить восхождение от овладения способом решения отдельной двигательной задачи к умению конструировать двигательные задачи определенного типа, путем наглядной демонстрации метода конструирования на конкретном примере».

2. «При становлении любого технического приёма важную роль играет закрепление двигательного навыка путём большого количества повторений за счёт работы мышечной памяти».

3. «При разучивании правильного выполнения удара, используется принцип последовательности обучения и основан он на постепенном постижении простых технических приёмов – имитация, удар с места, удар в движении. После этого все отработанные технические удары соединяются в один общий более сложный элемент, так же следует обращать особое внимание на постановку корпуса, опорной и бьющей ноги».

5. «Важен правильный выбор положения тела, чтоб удар по мячу был нанесён наиболее эффективно. Вырабатывается координация телодвижений и формируется навык более точно ударять по воротам в сложных игровых ситуациях».

Для выявления эффективности методики обучения использовались нормативы по технической подготовке, которые были утверждены программой СШОР № 14.

В сентябре из всей группы норматив сдали 4 человека – из них на оценку 3 сдали 3, на 4 – 1 человек. В декабре нормативы сдали все 10 человек, двое из них на 3, трое на 4 и 5 человек на оценку 5.

В сентябре из всей группы норматив сдали только 4 человека – из них на оценку 3 сдали 3 ребят, на 4 – 1 человек. В декабре же нормативы сдали все 10 человек, двое из них на 3, трое на 4 и 5 человек на оценку 5.

В сентябре из всей группы норматив сдал 1 человек на оценку 3. В декабре нормативы сдали все 10 человек, четверо из них на 3, четверо на 4 и 2 на оценку 5. Данные цифры свидетельствуют о наличии эффективности у разработанной методики обучения техническим приёмам игры в футбол, которая применялась при работе с экспериментальной группой.

При сравнении методики принятой в СШОР № 14 и учебной программы ФК МБЛ обучения ударам по воротам с вратарём футболистов 15 лет в экспериментальной и контрольной группе, наибольшую эффективность показала методика обучения принятая в СШОР № 14, которая применялась в контрольной группе на весь период исследования.

Автору было очень интересно изучить, как методика ФК МБЛ сказалась на выполнении других нормативов, согласно требованиям к технической подготовке для 12-15 лет.

В сентябре из всей группы норматив сдали 8 человек – из них на оценку 3 сдали 4 ребят, на 4 – тоже 4 человека. В декабре же нормативы сдали все 10 человек, трое из них на 3, трое на 4 и на оценку 5 сдали 4 человека. Данные цифры свидетельствуют о наличии достаточной эффективности у принятой в СШОР № 14 методики обучения техническим приёмам игры в футбол, которая применялась при работе с контрольной группой.

В сентябре из всей группы норматив сдали 8 человек. На оценку 3 – 4 человека и на оценку 4 тоже 4 человека. В декабре же нормативы сдали все 10 человек, четверо из них на 3, ещё трое на 4 и 3 человека на оценку 5. Данные цифры свидетельствуют о наличии эффективности у методики обучения техническим приёмам игры в футбол ФК МБЛ, которая применялась при работе с экспериментальной группой.

При сравнении методики принятой в СШОР № 14 и методики обучения ведения мяча ФК МБЛ, обводке стоек и удару по воротам на время, в экспериментальной и контрольной группе, наибольшую эффективность (более значимое снижение времени на выполнение данного норматива) показала методика обучения ФК МБЛ, которая применялась в экспериментальной группе на весь период исследования.

Обе методики позволили, в обеих группах, учащимся выполнить эти 2 норматива в полном составе. Прирост качества оценок не много больше в экспериментальной группе.

В сентябре из всей группы норматив сдали 9 человек – из них на оценку 3 сдали 4 ребят, на оценку 4 – 2 человека, а на 5 сдали 3 человека. В декабре же нормативы сдали все 10 человек, один из них на 3, трое на 4 и на оценку 5 сдали 6 человек. Данные цифры свидетельствуют о наличии достаточной эффективности у принятой в СШОР № 14 методики обучения техническим приёмам игры в футбол, которая применялась при работе с контрольной группой.

В сентябре из всей группы норматив сдали 8 человек. На оценку 3 – 5 человек, на оценку 4 - 2 человека, на оценку 5 – 1 человек. В декабре же нормативы сдали все 10 человек, двое из них на 3, ещё трое на 4 и 3 человека на оценку 5.

Данные цифры свидетельствуют о наличии эффективности у методики обучения техническим приёмам игры в футбол ФК МБЛ, которая применялась при работе с экспериментальной группой.

При сравнении методики принятой в СШОР № 14 и методики обучения жонглированию мяча ногами ФК МБЛ в экспериментальной и контрольной группе, наибольшую эффективность показала методика обучения ФК МБЛ, которая применялась в экспериментальной группе.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

1. Подготовка молодых футболистов, в том числе техническая, построена на поэтапном всестороннем развитии физических и психических качеств. Процесс подготовки должен быть выстроен с учётом функциональных возможностей организма игрока и приемлемым по уровню нагрузки для определённого возраста. Исходя из этого, в обзоре литературы поднимается проблема необходимости использования грамотно выстроенной системы тренировки юных игроков в детско-юношеских спортивных школах с учётом возрастных особенностей и уровня футболиста.

2. Методика обучения техническим приёмам игры в футбол ФК МБЛ и протестированная на практике, при сравнении статистических данных по сдаче нормативов в начале эксперимента и в конце, оказалась достаточно эффективной и целесообразной для использования в процессе работы по обучению и совершенствованию техники юных футболистов.

3. Полученные данным подтвердили эффективность методики ФК МБЛ. Однако стоит заметить, что наилучший результат был показан при сдаче норматива - «Жонглирование мяча ногами».