

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

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

Кафедра теоретических основ
физического воспитания

**ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ФУТБОЛИСТОВ НА
ОСНОВЕ ПРИМЕНЕНИЯ МЕТОДА РАЗДЕЛЬНОЙ ТРЕНИРОВКИ**

Автореферат бакалаврской работы

студента 5 курса 512 группы

направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование
профиль «Физическая культура»

Института физической культуры и спорта

Хащенко Максима Алексеевича

Научный руководитель

кан. пед. наук, доцент

подпись, дата

Д.В. Николаев

Зав. кафедрой

кан. мед. наук, доцент

подпись, дата

Т.А. Беспалова

Саратов 2024

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования определило предположение, что для каждого игрового амплуа необходимо подбирать специализированные упражнения технико-тактической направленности. Эти упражнения должны иметь максимальное сходство с соревновательной деятельностью футболистов, отражать игровые ситуации, которые могут возникнуть в ходе матча на той позиции, на которой располагается игрок. Другими словами, существует необходимость в разработке комплекса упражнений, предназначенных для углубленного обучения футболистов технико-тактическим навыкам для каждой из выбранных игровых специализаций.

Проблема исследования. Обзор литературы показал, что на сегодняшний день существует достаточное количество работ отечественных и зарубежных авторов, в которых представлены методические наработки по совершенствованию тактической подготовки футболистов. В данном направлении проделана большая работа и имеется множество упражнений, направленных на развитие технико-тактического мышления в футболе. Однако до сих пор не проводилось каких-либо исследований, на предмет повышения «уровня согласованности действий» между игроками посредством применения метода раздельной тренировки.

Объектом исследования выступил учебно-тренировочный процесс футболистов старшего школьного возраста.

Предмет исследования – структура специальных упражнений на развитие технико-тактических качеств футболистов 16-17 лет.

Цель исследования – разработать специальные упражнения по тактико-технической подготовке, применение которых на тренировочных занятиях будет способствовать повышению «уровня согласованности действий» между футболистами во время матча.

Задачи исследования:

1. Рассмотреть научно-методическую литературу по вопросу построения тренировочных занятий в футболе.

2. Определить возрастную динамику количественных и качественных показателей футболистов 16-17 лет в соревновательный период.
3. Разработать систему упражнений на развитие «уровня согласованности действий» между футболистами с помощью применения метода раздельной тренировки.
4. На базе эксперимента проверить эффективность предложенных упражнений.

Методы исследования:

1. Литературный обзор и анализ документации.
2. Педагогическое наблюдение.
3. Эксперимент.
4. Математическая статистика.

Рабочая гипотеза. Предполагает, что применение метода раздельной тренировки будет способствовать повышению «уровня согласованности действий» между футболистами во время матча, если в его процесс включить специальные упражнения по повышению технико-тактического мастерства молодых футболистов.

Структура и содержание работы. Работа состоит из введения, двух глав (теоретической в виде анализа научно-методической литературы и практической, где изложен основной педагогический эксперимент), заключения, списка литературы и приложения. Содержание работы изложено на 60 страницах, включает таблицы и диаграммы. Список литературы включает 57 источников.

КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

На I этапе проводился литературный обзор и анализ документации, обобщалась и систематизировалась научная и методическая литература, программно-нормативные документы, осуществлялись беседы с тренерами СШОР по футболу «Сокол», по результатам которых было выбрано направление исследования. На представленном этапе были намечены

актуальность, тема и проблема исследования, сформулированы цель и задачи педагогического эксперимента и методы проведения исследования.

На II этапе на основе литературного обзора, программно-нормативных документов и беседы с тренерами СШОР по футболу были разработаны специальные упражнения технико-тактической подготовки футболистов 16-17 лет. Упражнения были направлены на развитие «уровня согласованности действий» между футболистами с помощью применения метода отдельной тренировки.

На III этапе проведено экспериментальное исследование, целью которого являлась проверка эффективности предложенной программы тренировки технико-тактических качеств юных футболистов.

На IV этапе была проведена математическая обработка и оформление полученных результатов эксперимента, формулировались выводы о проделанной работе.

В эксперименте была задействована группа 2008 года рождения, занимающаяся в СШОР по футболу «Сокол». На протяжении пяти месяцев сезона 2023-2024 гг. проводилось педагогическое наблюдение за тренировочной и соревновательной деятельностью команды «Сокол-2008». В этот период проводилась оценка эффективности предложенной программы подготовки футболистов. Для этого были проведены 15 товарищеских игр между представителями контрольной и экспериментальной групп. Хронометраж матча был стандартным – 90 минут.

Все игры записывались на видеокамеру с последующим анализом и регистрацией количественных и качественных действий. В протокол вносились передачи, которые выполнили игроки обеих команд: верховые и по низу. Помимо этого, отмечались удачно выполненные передачи, то есть те, которые дошли до адресата.

Группа футболистов была разделена на контрольную и экспериментальную группы по 10 человек в каждой соответственно. На момент эксперимента игроки имели II разряд по футболу. Каждая группа

проводила три тренировки в неделю, направленные на развитие технико-тактического мастерства. Общая продолжительность тренировки составляла 90 минут.

Учебно-тренировочный процесс футболистов контрольной группы проходил без изменений программы. В свою очередь, в систему подготовки футболистов экспериментальной группы были включены специальные упражнения технико-тактической направленности для игроков линии защиты, центральных и крайних полузащитников, нападающих. Комплексы упражнений вводились в основную часть тренировочного занятия. Продолжительность применения упражнений – 20-40 минут. Задания каждую неделю тренировочного процесса чередовались.



Диаграмма 1. Сравнение количественных и качественных показателей футболистов контрольной и экспериментальной групп в соревновательный период

Как мы видим по результатам, представленных в таблицах, футболисты экспериментальной группы имели более высокие показатели в технико-тактических действиях за 15 матчей. По общему количеству выполненных передач они превзошли футболистов контрольной группы на 42 технико-тактических действия. Также у представителей экспериментальной группы

показатель надежности выполненных передач превосходит контрольную группу на 67,5 точно выполненных действия.

Это подтверждает эффективность предложенной программы подготовки футболистов экспериментальной группы.

Также в рамках педагогического эксперимента проводилась оценка «уровня согласованности действий» между футболистами контрольной и экспериментальной групп на протяжении всего соревновательного периода. Были проанализированы 15 матчей и составлен график УСД в процентном соотношении.

Оценивая предложенную программу технико-тактической подготовки футболистов на основе развития «уровня согласованности действий» между игроками с помощью применения метода отдельной тренировки, мы пришли к заключению, что УСД в экспериментальной группе за период исследования значительно вырос.

Если в начале эксперимента в первой игре процентное соотношение «уровня согласованности действий» в экспериментальной группе составлял 64,01%, то к 15 игре, то есть к концу исследования он вырос до 81,24%. По показателям диаграммы 2 видно, что УСД в данной группе последовательно повышался, за исключением седьмой игры, когда он незначительно снизился с 78,9% до 77,6%. Мы предполагаем, это связано с проводимыми в тот период сериями товарищеских матчей и усталостью команды. Как итог, проигрыш в товарищеской встрече. В контрольной группе показатель «уровня согласованности действий» был значительно ниже, он колебался в пределах 64,05% – 66,9%. Четкой закономерности динамики УСД за 15 матчей в контрольной группе не наблюдалось.

Благодаря применяемым специальным упражнениям на совершенствование технико-тактического мастерства футболистов экспериментальной группы у них снизился процент неудачно выполненных передач в матче с 36,1% до 18,7%. На протяжении шести матчей происходило

постепенное снижение допускаемых ошибок при передачи мяча. Только в седьмом матче процент вырос до 22,1% и потом снова снижался.

В контрольной группе происходило колебание процентного соотношения неудачно выполненных передач за весь период исследования. Процент ошибочных действий варьировался с 33,1% до 35,7% и также не имел никакой четкой закономерности.

Также мы регистрировали визуальные изменения в технико-тактическом мастерстве футболистов экспериментальной группы. За период исследования у них произошли следующие изменения:

1. Футболисты стали быстрее адаптироваться к пространственным границам на участке поля, где в силу игрового амплуа находились больше всего времени.
2. Футболисты улучшили технику «игры без мяча». Они стали точнее и быстрее определять свое местоположение в представленных игровых условиях. Другими словами, они развили навыки оборонительных действий.
3. Если их команда атаковала и владела мячом, каждый футболист знал перечень своих действий и задач на поле, с помощью которых он мог поддерживать атакующие действия.
4. Количественный состав команды из-за повышения «уровня согласованности действий» стал более стабильным, что в свою очередь приводит к постепенному «притиранию» игроков друг к другу. Футболистам это придает уверенности, доскональное знание того, чего можно ожидать от партнера в том или ином игровом эпизоде.
5. Большое значение для повышения «уровня согласованности действий» сыграло и большое количество проведенных встреч. «Стаж игры» – непрерывность количества матчей, сыгранных футболистом на одной и той же позиции. Благодаря такой тенденции, молодой игрок приобретает бесценный опыт именно на той позиции, на которой его определил тренер. Постепенно у него появляется доскональное знание

относительно предполагаемых действий и обманных движений соперника во время игры именно на том участке поля, за которое он отвечает, исходя из своей игровой специализации.

Таким образом, применение метода отдельной тренировки способствовало повышению «уровня согласованности действий» между футболистами во время матча. Специальные упражнения, включенные в тренировочный процесс экспериментальной группы, привели к повышению технико-тактического мастерства футболистов и тем самым повысили результативность их соревновательной деятельности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В процессе исследования обобщались и анализировались данные научно-методической литературы об общем понятии спортивной тренировки, общей системе физического воспитания, методике футбольных тренировок, общих сведениях о подходе к тренировкам, об их влиянии на формирование футболиста. Было установлено, что как количественные, так и качественные показатели технико-тактических действий спортсменов отличаются в зависимости от возраста. Футболисты 16-17 летнего возраста достигают за игру количества ТТД – 778, при этом брак составляет 28%.

Особое значение для становления технико-тактического мастерства юных спортсменов имеет распределение наиболее важных элементов технико-тактических действий по их удельному весу в период соревнований. Рациональным, на наш взгляд, считаем распределение в отдельные группы все виды передач, исключение составляют длинные передачи и прострелы. Также стоит в отдельные группы отнести ведение мяча и обводку. Такое распределение согласуется со спецификой техники выполнения указанных приемов, сходством основы биомеханической структуры и не противоречит существующей классификации техники футбола.

По результатам проделанной работы предлагается целесообразным предложить следующую последовательность обучения технической стороной игры в футбол игроками 16-17 лет:

- передачи мяча (короткие и средние);
- ведение мяча и обводка;
- перехват;
- отбор мяча;
- игра головой;
- единоборства внизу;
- передачи мяча (длинные);
- единоборства вверху.

Представленная последовательность построения многолетней технической подготовки футболистов с помощью приоритетных групп технико-тактических действий не ведет к пренебрежению в обучение остальных технических приемов. Постоянная отработка в тренировочном процессе специальных упражнений технико-тактической направленности позволяет футболистам разного амплуа со временем проявлять большую уверенность в игре при участии атакующих и оборонительных действий со стороны соперника.

По результатам применения предложенной программы технико-тактической подготовки футболистов на основе развития «уровня согласованности действий» между игроками с помощью применения метода раздельной тренировки, УСД в экспериментальной группе за период исследования значительно вырос. В контрольной группе был зарегистрирован более низкий показатель «уровня согласованности действий», он колебался в пределах 64,05% – 66,9%. Четкой закономерности динамики УСД за 15 матчей в контрольной группе не наблюдалось. Благодаря применяемым специальным упражнениям на совершенствование технико-тактического мастерства футболистов экспериментальной группы у них снизился процент неудачно выполненных передач в матче.