

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

Кафедра спортивных игр

**«ОБУЧЕНИЕ ТЕХНИЧЕСКИМ ДЕЙСТВИЯМ ЮНЫХ  
ФУТБОЛИСТОВ 8-10 ЛЕТ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ»**

**АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ**

студента 4 курса 401 группы  
направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование  
профиль «Физическая культура»  
Факультета физической культуры и спорта  
Барцева Ивана Анатольевича

**Научный руководитель**  
старший преподаватель

\_\_\_\_\_

подпись, дата

О.В. Дергунов

**Заведующий кафедрой**  
к. фил. н. доцент

\_\_\_\_\_

подпись, дата

Р.С. Данилов

Саратов 2024

## **ВВЕДЕНИЕ**

**Актуальность исследования.** Футбол уже довольно долгое время является самым популярным видом спорта в мире.

Задержка в качестве овладения футбольной техникой на этапе первой тренировки негативно сказывается на дальнейшей подготовке футболиста, поскольку, как показывает практика, техника, выполняемая с высоким процентом детских дефектов, сохраняется даже в момент спортивного созревания. В результате большинство футболистов, прошедших полный курс обучения в детско-юношеской спортивной школе, остаются в стороне от большого футбола, и лишь немногие достигли уровня международного мастера.

Следовательно, повышение уровня спортивного мастерства отечественных футболистов тесно связано с улучшением качества предварительной подготовки. Чем эффективнее процесс обучения футбольной технике на ранних этапах начальной подготовки в детско-юношеских спортивных школах, тем эффективнее борьба за высоты мирового футбола.

Самое важное на ранних этапах подготовки - научить футбольной технике, чтобы заложить фундамент. Это очень важно для дальнейшего обучения футбольной технике.

Для многих это требует высокого уровня техники приема мяча или удара по воротам. Конкуренция в мировом футболе растет с каждым днем, и чем больше человек старается, тем лучше он играет. Следовательно, улучшается доступ к специальной подготовке футболистов, основанной на принципах индивидуализации и опережающего развития в постоянно меняющихся условиях, в которых работают футболисты.

**Объект** исследования – тренировочный процесс в секции по футболу.

**Предмет** исследования – технические действия футболистов 8-10 лет на начальном этапе.

**Целью** исследования является обучение техническим действиям юных

футболистов 8-10 лет на начальном этапе подготовки.

**Гипотеза:** предполагается, что использование комплексов специальных упражнений позволит более эффективно обучать техническим действиям юных футболистов 8-10 лет на начальном этапе подготовки.

Существование противоречия между необходимостью повышения качества технической подготовки юных футболистов на начальном этапе обучения и недостаточной научной разработанностью этой проблемы в теории и методике футбола обуславливает актуальность исследований, направленных на его разрешение.

**Задачи исследования:**

1. Провести анализ литературных источников
2. Определить исходные показатели технических действий юных футболистов.
3. Разработать комплексы специальных упражнений.
4. Выявить эффективность применения комплексов специальных упражнений для обучения техническим приемам юных футболистов 8-10 лет на начальном этапе.

**Методы исследования:**

1. Анализ научно-методической литературы.
2. Тестирование.
3. Педагогический эксперимент.
4. Математическая обработка данных.

## Основное содержание работы

Целью работы является обучения техническим действиям юных футболистов 8-10 лет на начальном этапе подготовки.

В работе были определены следующие задачи:

1. Провести анализ научно-методических литературных источников.
2. Определить исходные показатели технических действий юных футболистов.
3. Разработать комплексы специальных упражнений
4. Выявить эффективность применения комплексов специальных упражнений для обучения техническим юных футболистов 8-10 лет на начальном этапе.

В процессе исследования использовались следующие методы:

1. Анализ научно-методической литературы.
2. Тестирование.
3. Педагогический эксперимент.
4. Математическая обработка данных.

*Анализ научно-методической литературы* был проведен с целью углубленного изучения технических действий юных футболистов 8-10 лет на начальном этапе их подготовки. В процессе анализа литературы, которая была посвящена специальной тематике, связанной с физической культурой и техникой футбола, были проанализированы также материалы, которые имеют отношение к данной теме с точки зрения теории и методики физического воспитания, психологии и физиологии. Было изучено более 50 источников.

За последние несколько лет специалисты уделяли все больше внимания не только разработке методик подготовки футболистов высокого класса, но и дальнейшему совершенствованию системы подготовки спортивного резерва.

В частности, были разработаны теоретические и методологические основы системы предварительной подготовки для профессионального футбола, рассмотрена проблема оптимизации структуры и содержания

многолетней подготовки спортивного резерва в футболе. Во многих работах исследуются конкретные вопросы совершенствования технико-тактической подготовки юных футболистов. Методические приемы обучения технике игры с мячом, методические приемы повышения точности ударов по воротам, возрастная динамика физических качеств и технико-тактических навыков, связанных с совершенствованием системы отбора юных футболистов Особенности формирования систем отбора юных футболистов являются методологией совершенствования системы отбора юных футболистов. физические качества и технико-тактические навыки - это использование технических приемов, ловкость, возрастная динамика и технология владения мячом в условиях скоростного передвижения футболистов 9-17 лет. Определен индивидуальный подход к технико-тактической подготовке юных футболистов с учетом направленности развития функции вестибулярного анализатора.

Образовательные и учебные программы были разработаны для учебной группы и группы спортивного совершенствования в детско-юношеской спортивной школы, методические рекомендации были разработаны, оптимизации организационно-методическая структура учебно-тренировочного процесса в футболе, учебник по подготовке юных футболистов был подготовлен и издан, учебник по подготовке юных футболистов был подготовлен и издан учебник по подготовке юных футболистов. Наряду с этим, в основу футбольных технологий была заложена проблема оптимизации содержания и процесса технической подготовки юных футболистов на ранних этапах обучения, которая остается малоизученной.

*Тестирование.* Для определения уровня технических действий нами использовались следующие тесты:

Тест 1.Обводка стоек.

*Описание.* Поставить стойки на боковой линии, на протяжении 20 метров. Футболист должен пройти от начала до конца обводя все стойки,

после чего вернуться в колонну и ждать своей очереди.

#### Тест 2. Удар по воротам с добиванием.

*Описание.* Поставить в штрафную (на линию), прокинуть мяч на 5 метров и нанести удар по воротам, после удара делать рывок до ворот, если будет отскок, добивать.

#### Тест 3. Ведение мяча по кругу с ударом в скамейку.

*Описание.* В штрафную линию поставить 2 скамейки, на одну сторону и другую, игрок ведет мяч в штрафной линии к скамейки и делает передачу в центр скамейки, после чего должен принять мяч с отскока, и двигаться к другой скамейки, так по кругу в течении 10 минут.

#### Тест 4. В парах делать передачи мяча с ведением.

*Описание.* Разделиться по парам и двигаться по всему стадиону, отдавать передачи друг другу на расстоянии 15 метров, и при этом продвигаться дальше.

*Педагогический эксперимент* является основным методом, применяемым в ходе исследования. Педагогический эксперимент проводился с целью подтверждения поставленной в работе гипотезы.

Результаты эксперимента были подведены с помощью *математической обработки* (вычисление средней арифметической величины).

Исследование проводилось на базе СШОР «Сокол» под руководством тренера. Эксперимент проводился в период с августа 2023 года по март 2024 года, и проходил в три этапа.

*Первый этап* проводился с августа по сентябрь 2023 г. и заключался в анализе состояния проблемы по данной теме и выдвижения гипотезы исследования, в отборе тестов для определения уровня технических действий юных футболистов 8-10 лет на начальном этапе подготовки.

*Второй этап* исследования проводился с сентября 2023 года по февраль 2024 года. Проводилось первичное тестирование, для определения уровня технических действий юных футболистов 8-10 лет на начальном

этапе подготовки. Затем осуществлялся педагогический эксперимент с использованием комплексов специальных упражнений для обучения техническим действиям юных футболистов 8-10 лет на начальном этапе подготовки. После четырех месяцев занятий по разработанным нами комплексам упражнений, проводилось контрольное тестирование технических действий у юношей 8-10 лет.

*На третьем этапе* (февраль-март 2024 год) были подведены результаты исследования и их математическая обработка.

В педагогическом эксперименте принимало участие 2 группы: экспериментальная и контрольная. Обе группы состояли из пятнадцати юношей в возрасте 8-10 лет. Занятия проводились 3 раза в неделю по 90 минут.

Контрольная группа занималась по программе футбольной секции. Экспериментальная группа занималась по той же программе, но с добавлением комплексов специальных упражнений, направленных на обучение техническим действиям юных футболистов 8-10 лет на начальном этапе подготовки.

На основе анализа специальной литературы, были разработаны два комплекса упражнений, которые не менялись в течение всего периода эксперимента. Комплексы специальных упражнений выполнялись в начале основной части тренировки и чередовались через день.

Над каждым комплексом юноши работали 20-25 минут.

#### 1) Комплекс № 1

1. И.П. О.с. мяч на 11 метровой отметке.

По команде тренера, нанести удар по воротам в правую сторону, потом в другую сторону.

2. И.П. О.с.

Ведение мяча подошвой с разворотом, выполнять ведение вперед до стойки, от стойки развернуть мяч под себя и вести обратно.

3. И.П. мяч перед собой.

Подкинуть мяч вверх, принять мяч в первый отскок.

4. И.П. О.с.

Ведение мяча до стойки и обратно, при этом мяч должен в ногах передвигаться от одной ноги к другой.

## 2) Комплекс № 2

1. И.П. О.с. мяч внизу перед собой.

Ведение мяча внешней стороной стопы, до стойки, от стойки делать резкий разворот на 180 градусов, в правую сторону и обратно двигаться.

2. И.П. О.с. поставить ногу на мяч

Перекаты из стороны в сторону подошвой, ведение мяча, подошвой правой ногой, на первое касание, на второе касание левой ногой.

3. И.П. О.с.

В парах стоя на месте, передавать мяч друг другу в два касания, принять правой ногой подошвой, и выполнить передачу обратно

4. И.П. О.с. мяч поставить к углу штрафной линии

Стоя у угла штрафной линии продвигаться к 11 метровой отметки и нанести удар по воротам.

В начале эксперимента было проведено тестирование, которое позволило определить уровень технических действий у футболистов.

В тестировании технических действий, юноши как экспериментальной, так и контрольной группы показали практически одинаковые результаты. Так, среднее значение по тесту 1 в контрольной группе составляет 8 (м), а в экспериментальной – 9 (м).

В тесте 2 среднее значение в контрольной группе – 8 (м), в экспериментальной – 9 (м).

В тесте 3 среднее значение в контрольной группе – 12 (м), в экспериментальной – 12 (м).

В тесте 4 среднее значение в контрольной группе – 11 (м), в экспериментальной – 12 (м). Далее после четырех месяцев занятий по специально разработанным комплексам, было проведено повторное

тестирование технических действий.

В контрольной группе изменение показателей наблюдаются во всех тестах. В тесте 1 показатели улучшились на 12,5%, в тесте 2 – на 12,5%, в тесте 3 – на 8,3%, в тесте 4 – на 18,2%

В экспериментальной группе изменения показателей наблюдаются во всех тестах. В тесте 1 показатели улучшились на 11,1%, в тесте 2 – на 11,1%, в тесте 3 – на 16,6%, в тесте 4 – на 25%,

После окончания эксперимента средние показатели уровня технических действий у юношей в экспериментальной группе увеличились больше, чем средние показатели технических действий контрольной группы.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

1. После анализа различных научных и литературных источников будет разработан комплекс упражнений для обучения техническому поведению юных футболистов в возрасте 8-10 лет на начальном этапе обучения.

2. Уровень технических действий определяется с помощью специально подобранных тестов. Таким образом, среднее значение теста 1 в контрольной группе составляет 8(м) и -9(м) в экспериментальной группе. В тесте 2 среднее значение контрольной группы составляет 8(м) и -9(м) в экспериментальной группе. В тесте 3 среднее значение для контрольной группы равно 12(м) и -12(м) в экспериментальной группе. В тесте 4 среднее значение для контрольной группы равно 11 (м) и -12(м) в экспериментальной группе. Изучив показатели технического поведения перед экспериментом, можно сделать вывод, что при тестировании технического поведения мальчики как в экспериментальной, так и в контрольной группах показали примерно одинаковые результаты.

3. Был разработан специальный комплекс упражнений, направленный на обучение техническому поведению мальчиков в возрасте 8-10 лет<sup>2</sup>. Они проводились в конце подготовки и в начале основной части урока. В течение всего периода эксперимента состав комплекса не менялся.

4. Выявлена эффективность разработанного комплекса упражнений. Сравнивая результаты в начале и конце эксперимента, было установлено, что показатели уровня технического поведения

юношей после эксперимента были выше в экспериментальной группе, чем у испытуемых контрольной группы. По окончании эксперимента прирост показателей контрольной группы составил: тест "поглаживание стойки" -9 (м), тест "попадание в цель на финише" -9 (м), тест "гонение мяча по кругу ударом ноги по скамейке". "-13(м)" в паре ведущих и передаточных шариков и "-13(м)" в паре ведущих и передаточных шариков. Прирост в тесте "поглаживание стойки" составил 12,5%, в тесте "попадание в цель на финише" -12,5%, в тесте "гонение мяча по кругу, ударя по скамейке" -8,3%, в тесте "гонение мяча по кругу, ударя по скамейке" -8,3%, в тесте "гонять мяч по кругу, ударя по скамейке" -8,3%, в тесте "гонять мяч по кругу, ударя по

По окончании эксперимента прирост показателей экспериментальной группы составил тест "поглаживание стойки" -10 (м), тест "попадание в цель на финише" -10 (м), тест "гонение мяча по кругу путем удара о скамейку" -14 (м), тест "в парах передавать мяч в движении" -15 (м).

Увеличение результатов в тесте "поглаживание стойки" составило 11,1% в тесте "попадание по воротам на финише", 16,6% в тесте "гонка мяча по кругу, ударя по скамейке" и 25% в тесте "движение парами для передачи мяча".

В среднем результаты в контрольной группе улучшились в 1-2 раза, а в экспериментальной группе - в 2 раза. При этом в контрольной группе результаты 60% юношей показали незначительные изменения по сравнению с исходными данными, в

то время как в экспериментальной группе у всех испытуемых наблюдалось увеличение показателей.

В экспериментальной группе прирост был большим, поэтому важно было говорить об эффективности разработанных упражнений для обучения техническому поведению юных футболистов в возрасте 8-10 лет на начальном этапе обучения.