

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 юных футболистов 12-13 лет
АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

Студента 5 курса 521 группы

Направление подготовки 49.03.01 «Физическая культура»
профиль «Физкультурно-оздоровительные технологии»
Институт физической культуры и спорта
Хабдулказитова Андрея Султановича

Научный руководитель
Старший преподаватель

подпись, дата

П.А. Андюков

Зав. кафедрой,
Доцент, к.м.н.

подпись, дата

Т.А. Беспалова

Саратов 2024

Футбол является одной из самых популярных и масштабных коллективных игр. В России Футболом занимаются более 3 млн человек. Коллективные качества футбола определяют проявление игроками лучших нравственных и моральных качеств: ответственности и дисциплины, уважения партнеров и противников, взаимопонимание, смелость и решительность

В последние десятилетия в отечественном и мировом футболе наблюдается тенденция к повышению скоростей в игровых эпизодах с усложнением тактических комбинаций. Для такой ситуации футболисты нуждаются в умении быстро и эффективно применять технико-тактические действия, при мгновенном изменении обстановки, при ограничении пространства, времени и жесткой борьбе с соперниками. В нынешней ситуации одной из главных направлений по совершенствованию спортивной подготовки молодых футболистов является технико-тактические тренировки, которые являются основным фактором для достижения результатов.

Многие специалисты по профессиональному и детскому футболу подчеркивают недостаточную технико-тактическую подготовку выпускников ДЮСШ, СДЮСШОР, что значительно отличается от профессиональных требований. Также отмечаются различия в уровне подготовки отечественной и европейской футбольной школы, которые можно видеть на международных соревнованиях на клубном и сборном уровнях. На этапе высшего спортивного мастерства уже сложно устранить пробелы в технико-тактической подготовке, поэтому успешно построенная техника и тактика мальчиков 12 - 13 лет позволит дальше успешно бороться за высокие профессиональные результаты.

Уровень мастерства профессиональных игроков определяется качеством технико-тактической подготовки в детско-юношеском возрасте, ведь недостаточная и не качественная оснащенность техническими приемами, тактическими умениями и знаниями юных футболистов, в дальнейшем выливается в серьезные ошибки технико-тактического плана футболистов на профессиональном уровне. Поэтому важно именно в детском возрасте обучать технике и тактике футбола.

Футбольная техника является исторически сложившимся комплексом приемов, с помощью которых ведется игра. Техника футболиста характеризуется следующим образом: количеством приемов, которыми игрок обладает в совершенстве; стабильность и надежность приемов в противоборстве и иных сбивающих факторах; эффективностью, целесообразностью приемов; легкостью, непринужденности и рациональной скоростью выполняемых приёмов.

Футбольная техника специфична и разнообразна, которая создается различными способами, вариантами, разновидностями и условиями выполнения приема. Для того, чтобы стать хорошим игроком, нужно овладеть различными техническими приемами и понимать основы практического взаимодействия с партнёром. В игре игроку нужно оценить ситуацию, принять решения в соответствии с происходящими событиями, создать какие-то опасные ситуации противнику, а для себя выгодные.

Отставание от усвоения футбольной техники в раннем возрасте отрицательно сказывается на дальнейшей технической подготовке футболистов, потому что, как свидетельствует практика, приёмы, выполненные с высокой степенью ошибок на начальных этапах основной подготовки, продолжают оставаться такими же, как и на стадии спортивного мастерства.

Актуальность. Многие специалисты отмечают малое количество научной и специальной литературы, касающихся технико-тактической подготовки футболистов. Большая часть исследований ориентирована прежде всего на реализацию функциональной готовности футболистов, не обращая внимания на технико-тактическую составляющую. В то же время поиск новых методов подготовки спортсменов основан на необходимости улучшения эффективности спортивной деятельности. Актуальным является вопрос о разработке новых средств и методов технико-тактической подготовки юных игроков в футболе.

Объект исследования – тренировочный процесс технико-тактической

подготовки юных футболистов.

Предмет исследования - применение комплекса упражнений, направленного на совершенствования технико-тактических действий футболистов 12-13 лет.

Цель исследования - экспериментально проверить и выявить эффективность комплекса упражнений, направленного на повышение технико-тактической подготовки футболистов.

Задачи исследования:

1. Провести теоретико-методологический анализ литературных источников по проблеме технико-тактической подготовки футболистов.
2. Составить комплекс упражнений по технико-тактической подготовки юных футболистов 12-13 лет.
3. Определить эффективность разработанного комплекса упражнений, направленного на технико-тактическую подготовку футболистов 12-13 лет.

Гипотеза. Предполагается, что применение в тренировочном процессе разработанного комплекса упражнений для повышения технико-тактической подготовки юных футболистов, способствует повышению эффективности игровой деятельности в футболе.

Методы исследования:

1. Метод теоретического анализа и обобщения литературы;
2. Педагогическое наблюдение;
3. Тестирование;
4. Педагогический эксперимент;

По теоретическим анализам литературы определялись понятия технико-тактические действия, выявлено направление технической и тактической подготовки футболистов в возрасте 12-13 лет, их особенности и рассматривались основные методы и средства данной подготовки.

Педагогические наблюдения проводились для того, чтобы определить уровень технической подготовки и уровень развития основного тактического

действия спортсменов.

Тестирование проводилось до и после педагогического эксперимента. В нашем исследовании для тестирования уровня технико-тактической подготовленности занимающихся мы взяли тесты из рабочей программы по футболу.

Для определения уровня технической подготовленности футболистов использовались следующие тесты:

Удар по мячу на дальность (м)

Выполняется правой и левой ногой по неподвижному мячу с разбега любым способом. Измерение дальности полёта мяча производится от места удара до точки первого касания мяча о землю по коридору шириной 10м. Для удара каждой ногой дается три попытки. Засчитывается лучший результат ударов каждой ногой. Конечный результат определяется по сумме лучших ударов обеими ногами.

Обводка стоек на время (сек)

Пять препятствий в виде фишек (или стоек по 1,5м) устанавливаются по прямой в 1,5 метра одно от другого, скорость и быстроту обработки мяча вычисляется в сек.

Удары по воротам (кол-во попаданий)

Две стойки высотой 1,5 м устанавливаются на одной линии в 180 см друг от друга. Расстояние –14 м. Цель –поразить ворота.

Пас верхом (кол-во попаданий)

Верхняя передача выполняется по неподвижному мячу с расстояния 15 метров в выделенный квадрат размером 6 х 6 фишками. Удар выполняется внутренней стороной подъема, если мяч падает на землю (пол) раньше, то считается, как промах. Мяч попадает в линию квадрата или в квадрат считается, как попадание. Удар выполняется одной ногой или двумя, засчитывается правильный удар и точное попадание, количество попыток – 4.

Для определения уровня тактической подготовленности футболистов использовались следующие тесты:

Упражнение «2 x 2»

Проводилось на площадке размером 20x30 метров, задачей футболистов являлось, с помощью взаимодействий, завести мяч за лицевую линию площадки соперников. Задача считалась выполненной, если футболист заходил за линию с помощью ведения мяча. Упражнение длилось 5 минут и начиналось с передачи мяча со своей линии. Обороняющаяся команда в момент розыгрыша должна была располагаться от атакующих игроков не ближе 9 метров. Если мяч покидал площадку или защитники отбирали мяч, выполнение упражнения останавливалось, команда, завладевшая мячом, разыгрывала мяч от своей линии и начинала проводить атакующие действия. Упражнение проводилось в форме соревнований между 4 командами экспериментальной группы и 4 командами контрольной группы в один круг. Каждая команда сыграла по 3 игры.

Были отмечены следующие средние показатели игровых действий футболистов контрольной и экспериментальной группы за игру:

Общее количество передач одной команды.

Количество точных передач (точной передачей считалась та, которая дошла до партнера, и мяч был под контролем, не перехвачен и не выбит соперником).

Общее количество атак (считались атаки с потерей мяча, а также завершённые результативно).

Количество успешных атак.

Педагогический эксперимент – это специально организуемое исследование, проводимое с целью определения эффективности применения методов, средств, форм, приемов. Основным мотивом педагогического эксперимента является введение усовершенствований, повышающих качество учебно-тренировочного процесса.

Математическая обработка данных, в сфере физической культуры и спорта служит для оценки результатов педагогического воздействия на занимающихся. С помощью этого метода мы определяли эффективность

примененной методики. Для того чтобы вычислить средний результат кого-либо отдельно взятого футболиста, целесообразно в своих расчётах использовать формулу для нахождения среднего арифметического.

Исследование проводилось с декабря 2023 года по май 2024 года на базе МКУ ДО «СШ г. Палласовки», г. Палласовка, Волгоградской области. В эксперименте участвовали 20 футболистов 12-13 лет. Испытуемые были разбиты на 2 группы: контрольную и экспериментальную – по 10 человек в каждой. Исследование проводилось в три этапа.

Первый этап включал в себя анализ литературы по проблеме технико-тактической подготовки футболистов. На данном этапе был проведен теоретико-методологический анализ литературных источников, посвященных изучению методики технико-тактической подготовки футболистов. Были подобраны тесты, направленные на выявление первоначальных показателей уровня технико-тактической подготовленности футболистов 12-13 лет. В ходе данного этапа были сформированы контрольная и экспериментальная группы испытуемых. Перед началом эксперимента проводилось предварительное тестирование по выделенным критериям.

На втором этапе исследования, разрабатывался комплекс упражнений, в котором использовались определенные групповые технико-тактические действия и комбинации, способствующие совершенствованию технико-тактических действий футболистов.

Обе группы тренировались 4 раза в неделю по 1,5 часа. В контрольной группе технико-тактическая подготовка осуществлялась на основе применения рекомендованной программы подготовки МКУ ДО «СШ г. Палласовки», которая включала в себя повторный метод обучения, подразумевающий повторение упражнений. Применяется для развития способностей выполнять приемы с разной быстротой, силой, а также для достижения устойчивости в проявлении точности; для автоматизации стабильности, вариативности движений при выполнении приемов игры и развития двигательной памяти.

В экспериментальной группе технико-тактическая подготовка осуществлялась на основе разработанного комплекса упражнений.

На третьем этапе, был проведен педагогический эксперимент по проверке эффективности комплекса упражнений, направленного на совершенствование технико-тактических действий футболистов. Затем была проведена обработка полученных данных с помощью методов математической статистики, на основании которой были сделаны выводы, а также оформлялись результаты исследования.

У испытуемых обеих групп в начале и после завершения педагогического эксперимента было проведено педагогическое тестирование для определения уровня технической подготовленности, а также регистрировались показатели групповых технико-тактических действий футболистов в упражнении «2 x 2».

Приведенные результаты свидетельствуют о том, что уровень технической подготовленности футболистов в экспериментальной и контрольной группе в начале педагогического эксперимента не имели достоверных различий, группы являются однородными.

Футболисты контрольной и экспериментальной группы за 5 минут упражнения совершили примерно равное количество передач мяча - $50,6 \pm 1,67$ показала контрольная группа и $49,5 \pm 1,46$ – экспериментальная группа. Мальчики обеих групп не различались и в количестве точных передач, которое составило в экспериментальной группе - 22,3 передачи, а в контрольной группе – 23 точных передачи мяча, что является низким показателем, причинами которого, являются несвоевременные, не точные передачи мячи и малое количество открываний под игрока с мячом.

У юных футболистов общее количество атак за матч составило 12,17 в экспериментальной группе, в контрольной группе - 13,5. Число успешных атак за время выполнения упражнения составило 2,5 в экспериментальной и 3 в контрольной группе, что отмечается как низкий показатель, причинами которого, является применение в большей степени индивидуальных действий

футболистов вместо применения групповых взаимодействий с использованием комбинаций.

В первом упражнении (удар по мячу на дальность) у экспериментальной группы результат составил – $36,2 \pm 0,5$ м, где результат улучшился на 11,6 м контрольная группа показала - $27,6 \pm 0,7$ м., прирост составил всего 2,8 м.

Анализ выполнения второго упражнения показал, что результат также улучшился у экспериментальной группы на 10,5 сек и составил - $9,2 \pm 1,6$ сек., контрольная группа в конце эксперимента показала результат - $17,4 \pm 1,3$ сек., прирост – 2,5 сек.

Результаты выполнения третьего упражнения – удары по воротам. Экспериментальная группа показала средний результат – $12,8 \pm 0,8$ попаданий, улучшения произошли на 10,5 попаданий. Контрольная группа в конце эксперимента показала - $5 \pm 0,9$ попаданий, прирост составил 3 попадания.

При выполнении паса верхом в экспериментальной группе в среднем достигли цели - $13,4 \pm 0,29$ раз, прирост – 10,8 попаданий. Контрольная группа показала - $3,1 \pm 0,32$ попаданий, где прирост составил 0,35.

Футболисты экспериментальной группы в упражнении «2 x 2» сделали больше передач на 14,33, что составило - 63,83 из них 35,33 точных передач, результат улучшился на 13,03. У контрольной группы – 57 передач мяча, прирост составил – 7 передач из которых всего 27,5 передач точных, где улучшился на 4,5.

На протяжении выполнения упражнения футболистами экспериментальной группы было проведено в среднем 23,5 атаки, прирост – 11,33 из которых успешными оказались 14,67 атак, результат улучшился на 12,17. Футболисты контрольной группы совершили в среднем 16,17 атак, прирост составил – 2,67 из которых результативными были только 5 атак и улучшилось всего на 2 атаки.

Анализ полученных результатов показал, что за время проведения педагогического эксперимента показатели обеих групп юных футболистов изменились. Тем не менее результаты экспериментальной группы в тестах на

технику и в упражнении «2 x 2» достоверно выше, чем в контрольной группе, что подтверждает эффективность разработанного комплекса упражнений, с помощью которого футболисты лучше овладели открываниями и передачей мяча. Это выражается в увеличении числа точных передач мяча, а также в общем количестве передач за всю игру.

С точки зрения спортивной подготовки возраст 12–13 лет является одним из основных. Именно в этот период достигается наибольший прирост в развитии быстроты, силы, ловкости, закладываются основы техники и тактики, формируется спортивный характер. Существуют различные методы развития физических качеств. Их подбирают в соответствии с направленностью, возрастом, развитием футболистов и т.п. Также необходимо учитывать индивидуальную структуру физической подготовленности и правила нормирования нагрузки в тренировочных упражнениях.

Высокая технико-тактическая подготовленность является неотъемлемой частью всесторонней подготовки и гармоничного развития футболистов. В процессе соревновательной деятельности футболисту необходимо быстро и правильно оценивать постоянно меняющуюся обстановку, создавать выгодную позицию и реагировать эффективными действиями соответственно тактической ситуации.

В практической части работы проведены исследования по динамике развития технико-тактической подготовки испытуемых, был выполнен анализ результатов тестов, их сравнение и выявление корреляционных взаимосвязей. Гипотеза полностью подтверждена, так как все испытуемые улучшили свои показатели технико-тактической подготовленности за 6 месяцев тренировок. Результаты тестирований: удар по мячу на дальность, обводка стоек на время, удары по воротам и пас верхом имели динамику в развитии. Таким образом, проводимые занятия с использованием предложенных упражнений, дают положительный сдвиг в технико-тактической подготовке футболистов на начальном этапе и этапе спортивного совершенствования мастерства.

1. Было изучено и проанализировано более 32 литературных источников, посвященных технико-тактической подготовки футболистов. Анализ научной и методологической литературы свидетельствует о том, что в технико-тактической подготовке футболистов в процессе технической подготовки должно осуществляться совершенствование приемов с помощью совместного освоения и повышения тактических действий футболистов. Результат футбольной игры может быть улучшен лишь при хороших технико-тактических действиях, чтобы все движения были целенаправленны и рациональны. Только на основе данной базы юные футболисты смогут повысить свое спортивное мастерство.

2. В ходе нашего исследования мы разработали комплекс упражнений, направленного на технико-тактическую подготовку футболистов 12-13 лет, который основывался на применении в тренировочном процессе технических приемов, направленных на формирование навыков взаимодействия с партнером.

В результате проведенного педагогического эксперимента можно установить, что использование разработанного комплекса упражнений и примененный в тренировочном процессе футболистов, способствует повышению эффективности группового взаимодействия в игре и способствует улучшению индивидуальных технических и тактических действий, что подтверждается результатами эксперимента, показанными достоверными различиями технико-тактическими действиями футболистов экспериментальной и контрольной группах. При сравнении результатов полученных данных обеих групп, выделяется уровень показателя технико-тактической подготовки у экспериментальной группы.