

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

Кафедра спортивных игр

**«ФОРМИРОВАНИЕ ТЕХНИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ
У ФУТБОЛИСТОВ НА ЭТАПЕ СПОРТИВНОГО
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ МАСТЕРСТВА»**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студента 4 курса 408 группы
направление подготовки 49.03.01 Физическая культура
профиль «Физкультурно-оздоровительные технологии»
Факультета физической культуры и спорта
Шилова Дениса Алексеевича

Научный руководитель:

ст. преподаватель

В.Н. Частов

Зав. кафедрой:

к.ф.н., доцент

Р.С. Данилов

Саратов 2024

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность данной темы обусловлена тем, что в настоящее время крупнейшие футбольные турниры последних лет показали, что эволюция игры идёт в направлении дальнейшего повышения интенсификации игровой деятельности футболистов, выполнения технических приёмов и тактических действий в условиях жесткого единоборства.

Повышение технического уровня футболистов напрямую связано с развитием футбола. Исправить недостатки в технической и тактической подготовке игроков в командах мастеров уже сложно. Поэтому чем эффективнее будет процесс воспитания и обучения молодежи, тем лучше она сможет бороться за высоты мирового футбола.

Формирование технико-тактического мастерства является одной из задач комплексной подготовки футболистов. Все этапы многолетней подготовки - это непрерывный процесс освоения футбольной техники и тактики и совершенствования их на более высоком уровне своей разносторонней физической подготовки.

С другой стороны, многие ведущие тренеры и футбольные специалисты отмечают, что уровень технико-тактической футбольной подготовки выпускников детско-юношеских школ и СДЮШОР недостаточно высок. Одной из причин этого является отсутствие теоретических и методических разработок по вопросу технико-тактической подготовки юных футболистов. Это определило актуальность избранной нами темы исследования: Формирование тактических действий у футболистов на этапе спортивного совершенствования мастерства. Под тактической подготовленностью в теории и практике спортивной тренировки понимается умение спортсмена грамотно построить ход соревновательной борьбы, учитывая при этом специфику вида спорта и свои индивидуальные особенности, возможности соперников и создавшиеся внешние условия. Среди основных направлений тактического совершенствования принято выделять:

- изучение сущности основных теоретико-методических положений спортивной тактики;
- овладение основными элементами, приемами, вариантами тактических действий;
- совершенствование тактического мышления;
- изучение информации, необходимой для практической реализации тактической подготовленности;
- практическая реализация тактической подготовленности.

При этом в современной теории спортивных игр в качестве важнейшей задачи выделяют формирование у спортсменов когнитивной модели. Данный аспект определяет актуальность выбранной проблемы исследования.

Объект исследования - учебно-тренировочный процесс у футболистов на этапе спортивного совершенствования мастерства

Предмет исследования – технические действия у футболистов на этапе спортивного совершенствования мастерства.

Цель исследования - повышение уровня технической подготовленности футболистов на этапе спортивного совершенствования мастерства.

Гипотеза исследования: предполагалось, что использование определенных методик эффективно влияет на формирование технических действий у футболистов на этапе спортивного совершенствования мастерства.

Для достижения поставленной цели последовательно решались конкретные задачи:

- 1) проанализировать и обобщить научно-методическую литературу по теме исследования;
- 2) проанализировать планирование и документацию, обеспечивающую организацию учебно-тренировочного процесса по футболу на этапе спортивного совершенствования мастерства;
- 3) определить цели и задачи учебно-тренировочных занятий футболу на этапе спортивного совершенствования мастерства;

4) охарактеризовать особенности организации учебно-тренировочных занятий по футболу на этапе спортивного совершенствования мастерства;

5) представить основные методики и средства, применяемые на учебно-тренировочных занятиях по футболу;

6) провести и анализировать уровень тестирования физической, техника-тактической подготовленности и соревновательной деятельности

Методы исследования: в ходе исследования использовались методы, с помощью которых решались поставленные перед исследованием задачи:

1) теоретический анализ и обобщение данных специализированной, научно-методической литературы;

2) педагогическое наблюдение;

3) метод устной беседы;

4) педагогический эксперимент;

5) контрольные испытания;

6) математическая обработка и интерпретация статистических данных

Основное содержание работы

Исследование проводилось на базе ГАУ СО СШОР «Сокол» г. Саратова, с октября 2023 по апрель 2024 года.

В исследовании приняли участие 20 спортсменов, в возрасте от 17 до 18 лет. Целью исследования является повышения уровня тактической подготовленности футболистов на этапе спортивного совершенствования мастерства.

Для проведения педагогического эксперимента были сформированы экспериментальная и контрольная группа. В контрольной группе использовалась традиционная методика для формирования тактических действий, а в экспериментальной группе на учебно-тренировочных занятиях применялась методика с использованием интерактивного тренажерного комплекса. Футболисты с помощью наводящих проблемных вопросов тренера открывают и усваивают знания о типовых игровых ситуациях и тактических комбинаций, приема графического моделирования типовых игровых ситуаций и действий футболистов при розыгрыше соответствующих тактических комбинаций.

Результаты тестирования анализировались по критериям оценивания, которые представлены в приложение. Занятия проводились 6 раз в неделю, в спортивном зале, тренажерном зале и на футбольном поле, продолжительность одного занятия составляла от до 120 минут. В обеих группах все спортсмены были допущены к занятиям прошедшие медицинский осмотр в физкультурно- спортивном диспансере

Для теоретического обоснования мы провели анализ и обобщение научно-методической литературы по теме исследования;

На этапе спортивного совершенствования мастерства подготовки футболистов мы проводили тестирование, для выявления уровня физической, технико-тактической подготовленности и соревновательной деятельности футболистов. Для определения уровня физической, техника-тактической

подготовленности на этапе спортивного совершенствования мастерства мы использовали специальные тестовые упражнения:

- 1) бег 30 м, с;
- 2) прыжок в длину с места, см;
- 3) бег 30 м с ведением мяча, с;
- 4) жонглирование мяча в движении с ударом по воротам (27,5 метров), кол раз;
- 5) челночный бег 7x50 м, мин;

Бег 30 м проводилось нами для выявления скоростных способностей футболистов.

Прыжок в длину с места мы провели для определения скоростно-силовых способностей.

Упражнение жонглирование мяча мы провели для определения владения техникой мяча и выявлению координационных способностей.

Челночный бег 7x50 м проводился нами для выявления координационно-двигательной выносливости. Для выявления координационных способностей мы проводили тест- жонглирование мячом.

В рамках комплексного контроля мы проводили контроль показателей соревновательной деятельности.

В качестве контроля соревновательной деятельности мы учитывали индивидуальные технико-тактические действия футболистов (регистрацию точно и неточно выполненных действий - передачи мяча).

Для предоставления анализа содержания программы и методики этапа спортивного совершенствования мастерства по футболу мы использовали метод анализа рабочей документации.

Для определения основных заключений и вывода мы провели обобщающий анализ результатов тестирования уровня физической подготовленности и определили эффективность применения методик при организации учебно-тренировочных занятий по футболу.

В ходе исследования использовались методы, с помощью которых решались поставленные перед исследованием задачи:

- 1) теоретический анализ и обобщение данных специализированной, научно-методической литературы;
- 2) педагогическое наблюдение;
- 3) метод устной беседы;
- 4) педагогический эксперимент;
- 5) контрольные испытания;
- 6) математическая обработка и интерпретация статистических данных.

В этой связи чрезвычайно важным представляется выявление результатов педагогических воздействий на спортсменов в динамике путем исследования уровня физической, технической и тактической подготовленности и соревновательной деятельности футболистов

В контрольной группе использовалась методика спорт школы для формирования тактических действий, а в экспериментальной группе на учебно-тренировочных занятиях применялась методика с использованием индивидуальных упражнений. Футболисты с помощью наводящих проблемных вопросов тренера открывают и усваивают знания о типовых игровых ситуациях и тактических комбинаций, приема графического моделирования типовых игровых ситуаций и действий футболистов при розыгрыше соответствующих тактических комбинаций.

Результаты и анализ эффективности учебно-тренировочных занятий и руководства соревновательной деятельностью футболистов на этапе спортивного совершенствования мастерства

Сравнительный анализ показателей конкурентоспособности тактики игры и тренировочной разносторонности футболистов на этапе спортивного совершенствования позволяет установить граничные нормы для этих характеристик на этапе многолетней подготовки. Использование этих норм дает возможность дифференцировать содержание тактической подготовки с учетом возрастных закономерностей УР, повышая тем самым ее

эффективность: методика построения комплексной подготовки юных футболистов с учетом возрастной специфики разносторонности ТД (тактической деятельности), по сравнению с традиционными методиками, может и позволяет более эффективно дифференцировать эффекты тренировки, повышая качество управления многолетней подготовкой в целом. Уточнение параметров сложности корректировки специальных тренировочных нагрузок открывает возможность целенаправленного подбора средств тактической подготовки.

На этапе исследования был проведен педагогический эксперимент с использованием в экспериментальной группе методики с использованием интерактивного тренажерного комплекса для группы спортивного совершенствования мастерства со скоростно-силовой направленностью в соревновательном периоде подготовки. Футболисты контрольной группы использовали и методику с традиционной схемой построения тренировочных нагрузок в соревновательном периоде подготовки.

Такой подход построения тренировочных нагрузок с методикой увеличения упражнений со скоростно-силовой направленностью в соревновательном периоде подготовки в экспериментальной группе показал, что у футболистов наблюдалось значительное повышение физических возможностей и технико-тактической подготовленности, чем у футболистов контрольной группы. Улучшение технико-тактической подготовленности на наш взгляд, привело к улучшению спортивных результатов в контрольных играх в экспериментальной группе. Экспериментальные данные свидетельствуют о том, что методика подготовки, характеризующаяся «стандартностью» планирования объема и интенсивности тренировочных нагрузок в соревновательном периоде в контрольной группе не привела к значительному увеличению уровня физической подготовленности игроков, что отразилось на их технико-тактической подготовленности, а так же на эффективности их игровой соревновательной деятельности.

В нашей работе мы применяли для экспериментальной группы методику подготовки футболистов, с использованием интерактивного тренажерного комплекса на развитие скоростных способностей для группы спортивного совершенствования мастерства. Результаты нашего исследования указали на то, что данная методика была эффективной для развития скоростных способностей футболистов экспериментальной группы. На это указали результаты тестирования технико-тактической подготовленности спортсменов и их соревновательной деятельности.

В ходе проведенного исследования мы сформулировали основные методические рекомендации для эффективности организации учебно-тренировочного процесса футболистов на этапе спортивного совершенствования мастерства.

Как показывает опыт для более качественного обучения элементам тактики необходим новый методический принцип, основой которого является системный подход, получающий в настоящее время все большее распространение в спорте как методологическое направление в изучении объектов и процессов.

Системный подход предполагает увязку и учет всех элементов подготовки в единую динамическую структуру, где каждый элемент обладает системными качествами, что позволяет видеть динамику и уровень совершенства того или иного тактического приема.

Общепризнанно, что важнейшей особенностью достижения спортивного результата является его постепенность и комплексность. Поэтому реализация этого результата происходит в процессе тактической подготовки. В этом процессе признается понимание эффектов, направленных на сочетание, координацию и реализацию различных аспектов готовности, качеств и способностей, определяющих уровень спортивного мастерства в условиях спортивной деятельности.

Одним из ключевых вопросов в этой связи является сочетание аналитических и холистических элементов в тренировочном процессе.

Первый предполагает работу с целью совершенствования отдельных качеств и аспектов подготовленности, второй - обеспечение взаимодействия комплексных проявлений всех аспектов подготовленности в спортивной деятельности. В связи с этим основной задачей тактической подготовки является обеспечение согласованности и эффективности комплексного проявления различных элементов, определяющих успех соревновательной деятельности. Последнее является тактическим признаком спортивного мастерства в игровых видах спорта.

В связи с выше изложенным представляется правомерным рассмотреть характер тактической подготовки юных футболистов на основе принципа содержательного детерминизма учебно-тренировочного процесса, обусловленного особенностями соревновательной деятельности.

Модификация содержания подготовки на основе этих данных позволит повысить ее эффективность и в конечном итоге привести к спортивным результатам.

Основу содержания тренировки должна составлять "связка" технико-тактических движений (ТТД). Для этого тренировочные игры проводятся как на стандартных полях, так и на уменьшенных кортах. Мы можем рекомендовать следующие типичные "связки" для использования тренерами детских школ в качестве специальных тренировочных средств в педагогических экспериментах:

1) нападающие- ведение мяча, индивидуальное обыгрывание соперников, удары по воротам, уходы от мяча, повороты на 180°, ведение, финты, игра "в стенку", удары по воротам, захваты один на один вверху, игра головой или головой в ворота, боковой к на пути мяча, удары по катящемуся или летящему мячу.

2) Для игроков средней линии - преследование, захват и уклонение от соперников во время ведения. Играйте "внутри стены" и пасуйте или бейте по воротам. Финты, длинные передачи мяча; "бег" по боковой линии, ведение

мяча после обхода соперников "на ходу", ведение, прострельные передачи сбоку;

3) Для защитников - обычный бег с ускорением, бег назад, прием мяча, перехват или борьба за мяч, ведение, передача; бег назад, прыжки и игра головой; выбор позиции (открывание) после перехвата атаки соперника, ведение, игра "в стенку", обводка, прострельная передача или удар поворотом;

При выполнении "связок" технико-тактических действий сопротивление соперника должно быть в основном пассивным, за исключением заданий, связанных с преднамеренными защитными действиями.

В тактической подготовке 17-18-летних футболистов особое внимание следует уделять чередованию при переходе от атаки к обороне и наоборот. После прерывания собственных атакующих действий игроков следует попросить быстро вернуться на исходную позицию и "закрыть" поле или зону соперника. Прервать атаку соперника, они должны быстро оценить ситуацию, выбрать удобную позицию для приема мяча и начать организовывать атакующие действия команды.

Техническая подготовка футболистов на этапе спортивного совершенствования должна быть подчинена достижению максимального единства технической, тактической и физической подготовленности. Это связано с тем, что при многолетней подготовке футболистов 15-летний возраст рекомендуется считать "критическим" в плане формирования тактических навыков, а к 17-18 годам игроки должны овладеть всем арсеналом ТТД и уметь выполнять их в достаточно сложных условиях. Это объясняется тем, что наряду с совершенствованием атакующих движений особое внимание следует уделять и оборонительной игре. В этом возрасте содержание "связки" ТТД может быть значительно более сложным, так как специфические координационные навыки находятся на самом высоком уровне.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Подготовка 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 игроков с учётом возрастных особенностей и уровня футболиста. Была использована методика для формирования тактическим приёмам игры в футбол и протестирована на практике в экспериментальной группе. При сравнении статистических данных по сдаче тестов в начале эксперимента и в конце, можно сделать вывод, что предложенная методика оказалась достаточно эффективной и целесообразной для использования в процессе работы по совершенствованию технико-тактических действий футболистов на этапе спортивного совершенствования мастерства. По полученным данным за период эксперимента при тестировании, методика была эффективной при выполнении всех нормативов спортсменами в экспериментальной группе. Однако стоит заметить, что из всех тестов методика показала наибольшую эффективность при сдаче 3-х тестов из четырех. При сравнении показателей при выполнении тестов по технико-тактической подготовке у футболистов в контрольной и экспериментальной группах, сделан вывод, что в целом данная методика более эффективна, чем традиционная методика. Об этом свидетельствует наибольший прирост показателей по 3 тестам из 4 - «Жонглирование мяча ногами» и «Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам на время». И по сдаче теста «Удары по мячу на точность (число попаданий в створ ворот из 10 ударов) без учёта способа удара» наибольший прирост показателей был в экспериментальной группе., что использование определенных методик эффективно влияет на формирование тактических действий у футболистов на этапе спортивного совершенствования мастерства.

Отсюда можно сделать вывод, что использования определенных методик влияет на формирование тактических действий у футболистов на этапе спортивного совершенствования мастерства. Полностью оправдана, что доказывает проведённое в данной работе исследование