

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

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ**

Кафедра спортивных игр

**«ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ  
МИНИ-ФУТБОЛИСТОВ 9-10 ЛЕТ»**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 4 курса 401 группы

направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

профиль «Физическая культура»

Факультета физической культуры и спорта

Соколовой Виктории Владимировны

**Научный руководитель**

старший преподаватель

Н.А. Павлюкова

подпись, дата

**Зав. кафедрой**

кан. фил. наук, доцент

Р.С. Данилов

подпись, дата

Саратов 2025

## Введение

Мини-футбол является одним из самых популярных видов спорта среди детей и подростков, что обусловлено его динамичностью, доступностью и возможностью участия в играх на малом пространстве. Привлечение детей к занятиям мини-футболом не только способствует развитию их физической подготовки, но и формированию важных социальных навыков, таких как командная работа и сотрудничество. В условиях быстрого роста интереса к этому виду спорта особое внимание необходимо уделять техническому обучению юных игроков.

Технические навыки, такие как передача, ведение и удар по мячу, являются основой успешного выступления на поле. В возрасте 9-10 лет дети находятся на важном этапе развития, когда формируются основы их спортивной карьеры. Это время, когда правильное обучение и наработка технических навыков могут оказать значительное влияние на их дальнейшее развитие как спортсменов. Однако, тренеры зачастую сталкиваются с трудностями в эффективном внедрении подходящих методов обучения, что может негативно сказаться на общем уровне подготовки юных футболистов.

**Актуальность** темы исследования заключается в необходимости разработки и внедрения инновационных методов и форм тренировки, которые позволяют улучшить технические навыки мини-футболистов данного возраста. Поскольку дети на этом этапе продолжают осваивать двигательные навыки, тренеры должны учитывать их индивидуальные особенности, уровень физической подготовки и интересы. В то же время, среди широкого разнообразия тренировочных методик возникает **проблема** выбора наиболее эффективных подходов, которые бы соответствовали требованиям и задачам технической подготовки детей.

Несомненным остается тот факт, что без комплексного подхода к обучению техническим навыкам невозможно обеспечить гармоничное развитие

юных футболистов, что, в свою очередь, может повлиять на их интерес к дальнейшим занятиям спортом.

**Объект исследования** – учебно-тренировочный процесс юных мини-футболистов.

**Предмет исследования** – техническая подготовка мини-футболистов 9-10 лет.

**Цель исследования** – выявление эффективности применения эстафет и игровых заданий для совершенствования технических действий (ведения и передач мяча, удара по воротам) у мини-футболистов 9-10 лет.

**Задачи исследования:**

1. Проанализировать научно-методическую литературу, научные публикации, методические рекомендации и разработки, предложенные учеными и ведущими тренерами, для изучения данной проблемы.

2. Провести тестирование уровня сформированности технических действий (ведение мяча, передачи, удары по воротам) у футболистов 9-10 лет.

3. Подобрать эстафеты и игровые задания, направленные на совершенствование технической подготовленности мини-футболистов 9-10 лет.

4. Экспериментально обосновать эффективность применения подобранный методики для улучшения показателей выполнения технических действий (ведение мяча, передачи мяча, удары по воротам) у мини-футболистов 9-10 лет.

Для решения этих задач были использованы следующие **методы**:

1. Анализ и обобщение научно-методической литературы.

2. Педагогическое наблюдение.

3. Педагогическое тестирование.

4. Педагогический эксперимент.

5. Метод математической статистики полученных результатов исследования.

**Гипотеза исследования** – предполагается, что применение эстафет и игровых заданий в тренировочном процессе по мини-футболу способствует более эффективному формированию технических навыков у детей 9-10 лет.

**Структура работы.** Бакалаврская работа состоит из введения, где обосновываются актуальность данного педагогического исследования, объект, предмет, цель и задачи, гипотеза и методы исследования; двух глав (теоретической и практической), заключения, списка использованных источников, приложений.

.

## **Основное содержание работы**

**Целью** работы является выявление эффективности применения эстафет и игровых заданий для совершенствования технических действий (ведения и передач мяча, удара по воротам) у мини-футболистов 9-10 лет.

### **Задачи:**

1. Проанализировать научно-методическую литературу, научные публикации, методические рекомендации и разработки, предложенные учеными и ведущими тренерами, для изучения данной проблемы.
2. Провести тестирование уровня сформированности технических действий (ведение мяча, передачи, удары по воротам) у футболистов 9-10 лет.
3. Подобрать эстафеты и игровые задания, направленные на совершенствование технической подготовленности мини-футболистов 9-10 лет.
4. Экспериментально обосновать эффективность применения подобранной методики для улучшения показателей выполнения технических действий (ведение мяча, передачи мяча, удары по воротам) у мини-футболистов 9-10 лет.

Для решения этих задач были использованы следующие *методы*:

1. Анализ и обобщение научно-методической литературы.
2. Педагогическое наблюдение.
3. Педагогическое тестирование.
4. Педагогический эксперимент.
5. Метод математической статистики полученных результатов исследования.

### *Анализ научно-методической литературы*

Проанализировано более 20 литературных источников, включая работы отечественных и зарубежных авторов. Изучение научно-методической литературы, методических разработок и рекомендаций по детскому-юношескому футболу было направлено на:

- сбор и систематизацию данных о современных подходах к технической подготовке;

- анализ методик обучения и совершенствования технических действий, как индивидуальных, так и групповых;
- оценку влияния разносторонности технических действий на эффективность подготовки, в соответствии с нормативно-программными требованиями;
- изучение документации по планированию тренировок в спортивной школе с. Балтай, основанной на современных научно-теоретических принципах, предложенных ведущими специалистами в области футбола.

### *Педагогическое наблюдение*

В рамках педагогического эксперимента проводилось систематическое наблюдение за учебно-тренировочным процессом в группе мини-футболистов 9-10 лет. Целью наблюдения является фиксирование изменений в технической подготовленности юных футболистов, а также оценка эффективности применяемых средств, методов и подобранных упражнений. В процессе наблюдения фиксировались такие параметры, как качество выполнения технических приемов (ведение мяча, передача мяча, удар по воротам), скорость принятия решений в игровых ситуациях, точность и координация движений. Полученные данные позволяют оценить влияние подобранных средств и методов на совершенствование технических навыков юных мини-футболистов.

### *Педагогическое тестирование*

Педагогическое тестирование направлено на оценку уровня технической подготовки мини-футболистов 9-10 лет. Оно включает в себя комплекс контрольных упражнений, имитирующих игровые ситуации и оценивающих ключевые технические навыки. К тестовым заданиям относятся:

#### *1. Ведение мяча 10 м (с):*

Ведение выполняется с высокого старта, мяч можно вести любым способом, делая на отрезке не менее трех касаний мяча, не считая остановки за финишной чертой. Упражнение считается законченным, когда игрок пересечет линию финиша. Время прохождения дистанции фиксируется с помощью секундомера. Чем меньше время, тем выше результат.

*2. Ведение мяча 30 м, обводка 5 стоек и удар по воротам (с):*

Ведение мяча выполняется с высокого старта, мяч можно вести любым способом. Обводка стоек выполняется также любым способом. Количество стоек – 5 шт. Удар по воротам выполняется по катящемуся мячу любым способом. Упражнение считается законченным, когда мяч пересечет линию ворот. Время, затраченное на ведение, обводку и удар, фиксируется с помощью секундомера. Вычисляется общее время от начала ведения до удара по воротам (в секундах). Чем меньше время, тем выше результат.

*3. Ведение мяча 3x10 м (с):*

Ведение выполняется с высокого старта, мяч можно вести любым способом. Игрок ведет мяч от старта до отметки в 10 м, затем разворачивается в обратном направлении и доводит мяч до старта, снова разворачивается и финиширует на 10-метровой отметке. Время прохождения дистанции фиксируется с помощью секундомера. Чем меньше время, тем выше результат.

*4. Удар на точность по воротам (кол-во попаданий):*

Выполняется по неподвижному мячу правой и левой ногой с расстояния 6 м. Футболисты посылают мяч в заранее определенные зоны, разделенные по вертикали и горизонтали. Выполняются по пять ударов каждой ногой любым способом. Каждый удар отмечается как «попадание» или «непопадание». Учитывается сумма попаданий. Чем она больше, тем выше результат.

*5. Передача мяча в «коридор» (кол-во попаданий):*

Игрок, стоящий на расстоянии 10-15 м от коридора (2 конуса, установленные на расстоянии 1-2 м друг от друга) выполняет передачу мяча через коридор своему партнеру. Передача должна быть выполнена так, чтобы мяч проходил между конусами и точно попадал к принимающему игроку. Каждый игрок имеет 10 попыток, чтобы сделать передачу. Учитывается количество успешных передач. Чем оно больше, тем выше результат.

*Педагогический эксперимент*

Задачей педагогического эксперимента является исследование эффективности включения эстафет и игровых заданий в тренировочный процесс

мини-футболистов 9-10 лет для развития технических навыков (ведение мяча, выполнение передач, нанесение ударов по воротам). Эффективность оценивается путем сопоставления результатов, полученных до и после внедрения подобранной методики.

#### *Метод математической статистики полученных результатов исследования*

По результатам контрольного тестирования была проведена математическая обработка полученных данных по следующей формуле:

1. Вычисление средней арифметической величины (x):

$$x = \frac{\sum V}{n}$$

где,  $\Sigma$  - знак суммирования;

$V$  -полученные в исследованиях значения (варианты);

$n$  -количество значений.

Эксперимент проводился в период с сентября 2024 года по апрель 2025 года на базе МБУДО ДЮСШ с. Балтай. В эксперименте приняли участие двенадцать человек в возрасте 9-10 лет. Данные ребята занимаются в спортивной школе 4-й год, разряда не имеют. На текущий момент эта команда имеет статус группы спортивной специализации. Тренером команды является Захаров Вадим Сергеевич.

Тренировочные занятия проводились 3 раза в неделю: в понедельник, среду и пятницу, продолжительностью 1,5 ч. Выходными днями являлись вторник, четверг и суббота. Воскресенье было определено как игровой день.

Тренировочные занятия были направлены на совершенствование выполнения различных технических действий футболистов с использованием интервальных и повторных методов.

Было принято решение разделить тренировочный процесс на 2 периода: 1) сентябрь 2024 – декабрь 2024 (проведение первичного и промежуточного тестирования); 2) январь 2025 – апрель 2025 (проведение итогового тестирования).

На первом этапе исследования (август 2024) была проведена всесторонняя работа по изучению и анализу существующей литературы, касающейся технической подготовки мини-футболистов, методов обучения техникам игры, а также особенностей тренировочного процесса для детей 9-10 лет. Особое внимание было удалено техникам ведения мяча, передач, ударов и игровым взаимодействиям, что является ключевым для формирования базовых навыков у юных спортсменов.

На втором этапе исследования (начало сентября 2024) была сформирована группа из 12 юных футболистов в возрасте 9-10 лет. Для этой группы были проведены тестирования для оценки уровня технической подготовки, включающие контрольные упражнения, имитирующие игровые ситуации.

Третий этап исследования (сентябрь 2024 – декабрь 2024) заключался в тренировках, проводимых по традиционной методике. Тренировочный процесс осуществлялся на протяжении 4 месяцев. Основное внимание уделялось традиционным методам обучения, сохраняя акцент на основных технических действиях без целенаправленного использования игровых заданий и эстафет. В конце этого этапа (декабрь 2024) было проведено промежуточное тестирование. Использовались те же методы, что и на первичном тестировании.

На четвертом этапе исследования (январь 2025 – апрель 2025) в тренировочный процесс юных мини-футболистов была внедрена подобранная нами методика тренировок. Каждая тренировка включала в себя разнообразные эстафеты и игровые задания, при этом акцент делался на технические действия, такие как ведение мяча, передачи и удары по воротам. Дети вовлекались в игры, что создавало мотивационную атмосферу и способствовало развитию командного духа. В конце апреля 2025 года было проведено итоговое тестирование по тем же тестам.

В спортивных школах (ДЮСШ, СДЮСШОР) для каждой возрастной группы установлены нормативы по технической подготовке. Нормативы технической подготовки по виду спорта «мини-футбол».

Первое тестирование в рамках педагогического эксперимента было проведено в сентябре 2024 года. Цель тестирования - оценить исходный уровень технической подготовки юных футболистов, занимающихся мини-футболом. В ходе тестирования использовались контрольные упражнения, которые имитировали реальные игровые ситуации и позволяли объективно измерить навыки участников в таких ключевых областях, как ведение мяча, передачи мяча и удары по воротам.

Перед началом тестирования была проведена подготовка участников: все они были проинформированы о процессе тестирования, его целях и задачах. Также было обеспечено необходимое оборудование, включая мячи, конусы для разметки, стойки и цели для ударов.

При проведении тестирования уделялось внимание техническим деталям выполнения упражнений, таких как скорость и точность передач, контроль мяча при ведении и техника ударов. Результаты тестирования были тщательно зафиксированы для последующего анализа, что позволило установить уровень подготовки.

В апреле 2025 года было проведено итоговое тестирование для оценки изменений в уровне технической подготовки игроков после внедрения подобранной методики. Оно было идентично первичному тестированию по структуре и заданиям. Результаты каждого участника записывались и сравнивались с данными, полученными на промежуточном тестировании в декабре 2024 года. На основании полученных данных была осуществлена математическая обработка всех тестовых результатов, что позволило выявить закономерности и степень улучшения изменения показателей в технических действиях.

Проведенное исследование, посвященное оценке эффективности подобранной методики тренировок, позволило получить убедительные доказательства ее положительного влияния на уровень технической подготовленности испытуемых.

Полученные данные свидетельствуют о том, что подобранная методика тренировок способствовала:

- Повышению точности и эффективности выполнения технических приемов;
- Увеличению скорости выполнения технических действий;
- Улучшению координации движений и чувства мяча;
- Развитию вариативности технического арсенала.

Таким образом, результаты проведенного исследования позволяют сделать однозначный вывод об эффективности подобранной методики тренировок. Внедрение данной методики в тренировочный процесс способствует значительному повышению уровня технической подготовленности игроков, что, в свою очередь, положительно сказывается на их игровой деятельности и результативности команды в целом.

## Заключение

1. Мини-футбол представляет собой динамичное и быстротечное событие, которое требует от игроков высокой технической квалификации и способности к быстрой адаптации в изменяющихся игровых ситуациях. Одной из ключевых задач тренера является организация учебно-тренировочного процесса таким образом, чтобы адаптировать его к специфике мини-футбола. Это включает в себя создание условий для интенсивных и вариативных тренировок, которые позволяют детям развивать как индивидуальные, так и командные навыки в максимально приближенном к игровой среде формате.

2. Учебно-тренировочный процесс для футболистов младшего школьного возраста должен учитывать их физические, психологические и эмоциональные особенности. Дети в возрасте 9-10 лет имеют высокий уровень энергичности, однако могут быстро терять интерес, если тренировки не разнообразны и не мотивируют. Поэтому, важно использовать те средства и методы в тренировочном процессе, которые позволяют удержать внимание и повысить интерес к занятиям, одновременно развивая ключевые технические навыки.

3. Проведенный педагогический эксперимент подтвердил высокую эффективность использования эстафет и игровых заданий, моделирующих реальные игровые ситуации. Участники показали значительный рост в технических навыках благодаря активному вовлечению в игровую практику, что позволило им быстрее осваивать основные технические приемы и адаптироваться к игровым условиям. Такие упражнения, как эстафеты с ведением мяча и передачей, игры с ограничением касаний и упражнения на игру в одно касание способствуют существенному улучшению игровой активности детей и повышают их уверенность в выполнении игровых действий.

4. Известно, что успех в командных видах спорта, в частности, определяется технической подготовкой спортсменов и эффективностью их тактических взаимодействий. *Как отмечает В.В. Белинович (1958), техника в*

спортивной деятельности постоянно совершенствуется. «Нет такой техники, которую можно было бы считать законченной, идеальной» [4].

5. Таким образом, развитие техники в спортивных играх, обусловленное множеством факторов, представляет собой непрерывный процесс, направленный на повышение эффективности и результативности игровых действий.