

Хабибулина Жанна Юрьевна,

инструктор-методист,

МБУДО СШ № 6,

г. Белгород, Россия

ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ В ФУТБОЛЕ

У ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ 10 - 11 ЛЕТ

Аннотация: В статье рассматриваются возрастные особенности юных футболистов 10 - 11 лет.

Ключевые слова: футбол, обучение игроков, возрастные особенности.

Эта группа – середина «золотого возраста»: игроки учатся быстро и очень много, и не только технике игры. Психологический аспект обеспечивает дополнительную стимуляцию: они хотят померяться силами со сверстниками и принимаются за работу засучив рукава. Они хотят быть лучшими. Это обеспечивает иную ментальную оценку своих собственных достижений и достижений других ребят: они становятся более критичными. Задача тренеров состоит в том, чтобы направить этот процесс по правильному пути: индивидуальный поход (анализ слабых и сильных сторон, индивидуальные установки, эволюция собственной оценки) помогает игроку в развитие и воспитание, а не результат соревнования.

При обучении игроков младшего возраста необходимо учитывать начальную ситуацию. Чем мы продвигаемся дальше, тем больше речь идет об владении мячом в любой ситуации, от маленькой, личной цели к достижению конечной цели – выиграть соревнование. Проявляются первые контуры осознанной команды игры. Игроки обращают большое внимание друг на друга. Тренеру необходимо видеть различия между игроками: у кого какие аспекты игры получаются, а у кого пока что имеются определенные сложности. Работа над упражнениями идет более «сознательно». В общем, дети могут уже концентрироваться гораздо дольше на

ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА В СОВРЕМЕННОМ КОНТЕКСТЕ

одной и той же части тренировки. Развивается целенаправленность в игре и в выполнении упражнений. Совместная игра, командная работа приобретают большее значение, и это выражается в большем понимании ходов противника, в том, как его закрыть и уйти в свободную зону. В матчевой форме 7 на 7 появляется больше разумных действий и больше внимания уделяется работе с пространством. Не каждый теперь бежит за мячом, как привязанный. Предпринимаются попытки из равного разделения функций различных игроков по полю (половине поля) организовать командную работу, при которой все игроки выполняют свою маленькую роль и вносят свой вклад. О сбалансированной организации команды не может быть еще и речи. Даже в игре 7 на 7 мяч зачастую является своего рода магнитом. Игроки носятся за ним, забывая обо всем на свете, они так увлечены процессом, что еще не имеют ясной картины происходящего.

Например, не понимают, что, просто отпасовав мяч, можно помочь команде и или своему партнеру.

Подготовка

Особенности развития, такие как большое желание играть или подражать кому-либо, готовность к совместной работе и воля к победе должны быть преподаны 10-11-летним игрокам в форме воспитательных и тренерских установок. Конкретно это выражается в том, что тренер должен помочь игрокам научиться совместной игре (7 на 7) при совершенствовании индивидуальных технических навыков и при повторении общих упражнений в нападении и защите - для развития понимания игры. Тренировка - это упрощенное соревнование. Футбол играют в командах 7 на 7 на одной половине поля. Содержание тренировки определяется путем упрощения противостояния и привязки целей к начальной ситуации. Результат этого проявляется в формах командной игры, таких как 3 + вратарь, 2 + вратарь или 2x1. В работе с этими формами тренер должен постоянно уделять внимание правильному направлению игры, скорости, выбору позиций и голевым моментам. Тренеры должны организовывать подготовку таким образом, чтобы по-

ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА В СОВРЕМЕННОМ КОНТЕКСТЕ

будить игроков совершать футбольные действия. Форма тренировки в командах очень хорошо для этого подходит. Тренер учит на основе того, что он видит. Он пытается повлиять на понимание игры, движения и состав игроков. Наряду с этим он наблюдает за взаимодействием между игроками, поскольку футбольные действия каждого из них должны быть направлены друг на друга. К этой возрастной группе лучше всего подходит следующий принцип - определить задачу дать пояснения и приступить к выполнению.

Коллективная игра 4×4, 5×5 увеличивается почти в два раза до учебных форм 7 против 7 или 8 против 8. Коротко по времени игра эволюционирует в два раза. Игроки в состоянии отдать пас на расстоянии 15-20 метров и при этом видеть, что творится еще на 10-15 метрах пространства.

Главная задача для игроков - овладение мячом. А это отнюдь не требует позиционной игры. То есть драгоценные минуты тренировки посвящаются технике. Над ней же работают и во время разогрева перед соревнованиями. Игроки 10-11 лет получают на разогреве свои собственные мячи и отрабатывают около 10 минут различные движения в маленьком пространстве. При этом каждого игрока тренер контролирует индивидуально и проверяет правильность исполнения упражнений.

Соревнование

Для юных футболистов удовольствие от игры все еще имеет большое значение. Необходимо дать им пространство для игры в футбол, которая будет доставлять удовольствие. Упор делается на технику и на основные принципы тактики. Например, чтобы расширить поле, надо вести мяч и бежать таким образом, чтобы игроки могли направить мяч. Послематчевые обсуждения игры всегда носят характер вопросов и не занимают много времени.

Уделяется ограниченное внимание работе над некоторыми пунктами, например два вопроса - об основных моментах владения мячом своей и чужой командой. Тренер обязательно должен присутствовать на тренировках, однако он

ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА В СОВРЕМЕННОМ КОНТЕКСТЕ

дает лишь общие указания по позициям и расстановке на поле. Он помогает игрокам расположиться на поле так, чтобы они оказались в пределах видимости друг друга. Он создает для всех игроков возможность сделать выбор - с мячом или без мяча. Но не надо думать, будто, выступая в качестве тренера, он собирается сделать этот выбор за мальчиков. Игрокам предоставляется пространство для их собственного мнения и творчества. Им разрешено делать ошибки до тех пор, пока эти ошибки не станут коренным образом влиять на игру команды. Например, после того как игрок сам пробьет по воротам в тот момент, когда его партнер находится в гораздо лучшей позиции. Тогда партнер может высказать ему все, что он о нем думает, однако надо постараться в этот момент не вмешиваться в «производственный» конфликт. Лучше спросить «жадину» после осуществления действия, было ли у него лучшее решение для продолжения атаки. Ошибку можно обсудить, однако лучше показать игроку, как на самом деле нужно было поступить. Конечно, в этой возрастной группе порой можно сознательно влиять на игру футболистов, давая им предварительные наставления. Это должно происходить осознанно, а не на эмоциях, и зависеть от конкретной ситуации, случившейся в игре или в ходе тренировки. Целью является показать игрокам, как могла бы развиваться ситуация, если бы игрок не пожадничал. Как правило, после этого пояснения с показом игроки стараются исправиться и самостоятельно сделать выводы на будущее. В этой возрастной группе проводятся различные тренировки. Однако прежде всего должны заложить в игроков базисные навыки. Хотите дать игрокам разные условия, пространство и время для приспособления этих навыков под себя, чтобы впоследствии применять их в игре. Тренер не должен руководствоваться советами окружения или решениями арбитра. Он должен знать, что действительно важно для развития его игроков. Он так же не должен обольщаться большим количеством побед в соревнованиях. В наш рациональный век мы все чаще замечаем что тренер ставит игрока на позицию, которая необходима для выполнения задачи, делая из мальчика футболиста-функцию. А ведь важно смотреть на

ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА В СОВРЕМЕННОМ КОНТЕКСТЕ

ситуацию глазами этого игрока, переживающего сложный период становления личности, и пытаться дать ему максимальный уровень удовольствия от того, ради чего он ходит на тренировки.

На поле присутствуют не только дети, но и родители (у поля и в раздевалке), которые также играют важную роль. В самом лучшем случае некоторые родители играют в футбол со своими детьми. Многие родители не останавливаются на простом подбадривании. Дети быстро становятся частью переживаний родителей. Подбадривания превращаются в указания.

Кроме того, для некоторых родителей исход игры и место команды в турнирной таблице гораздо более важны, чем удовольствие и прогресс в игре их детей. Из этих соображений родители могут мешать обучению самым разным образом. Они даже могут попробовать изменить правила игры, а если не получится, повлиять на результат соревнования. Хотя на деле и для родителей, и для тренеров действует следующее правило: они должны вместе радоваться успехам ребятшек из своей команды и команды противника!

Для тренера важнейшей, а вместе с тем и труднейшей задачей является разъяснить родителям, какую роль они играют при проведении соревнований. А также - какую роль играет сам тренер в отношении детей. Речь идет о процессе обучения и переживании игры самими детьми.

Дети обучаются быстрее в спокойной, комфортной атмосфере. То есть должен быть создан климат, в котором ребенок обладал бы свободой самостоятельно открывать для себя игру. И в этом ребенку помогает тренер. Отношения между тремя сторонами - детьми, тренером и родителями - должны быть очень внятными, без недоговоренностей. В противном случае отношения запутываются, родители командуют детям с бровки, и дети больше не понимают, что к чему. Конечно, этим маленьким футболистам нравится то, что их подбадривают! Фантастика, думают они, да и только! Поэтому родители непременно должны посещать матчи, и их нахождение у линии поля приветствуется.

ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА В СОВРЕМЕННОМ КОНТЕКСТЕ

Список литературы

1. Х. Бергер, П. Герарс, Х. Кормелинк, Х. Мариман, А. Юлдеринк, М., - Уроки футбола для молодежи. Овладеть мячом и учиться играть в команде. Часть 1. Игроки 6-11 лет. – М.: Олимп, 2010. – 237 с.