

Теоретические и прикладные аспекты развития современной науки и образования

Шестаков Михаил Михайлович

*профессор кафедры теории,
истории и методики физической культуры,
ФГБОУ ВО «Кубанский государственный
университет физической культуры, спорта и туризма»,
г. Краснодар*

РАЗНОСТОРОННОСТЬ ДЕЙСТВИЙ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ РАЗНЫХ ЭТАПОВ МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ В УСЛОВИЯХ ТРЕНИРОВКИ

Аннотация. В статье на основе анализа показателей разносторонности технико-тактических действий юных футболистов 12-13 и 15-16 лет в условиях тренировки обоснован состав специализированных средств учебно-тренировочного процесса для этапов спортивной специализации и совершенствования спортивного мастерства многолетней подготовки.

Ключевые слова: юные футболисты, тренировочная деятельность, разносторонность, многолетняя подготовка.

Одно из главных направлений решения проблема подготовки резерва для профессионального футбола специалисты связывают с поиском новых путей рационализации и повышения эффективности учебно-тренировочного процесса [2, 6 и др.].

Количественная характеристика форм двигательной деятельности как в условиях соревнований, так и в процессе подготовки имеет чрезвычайно большое значение для рационализации содержания учебно-тренировочного процесса футболистов резерва. Вместе с тем объем подобной информации не только односторонен, но и крайне ограничен [1, 4 и др.].

Отсутствие необходимой информации о разносторонности действий футболистов в условиях тренировочной деятельности является одним из лимитирующих факторов повышения эффективности учебно-тренировочного

Теоретические и прикладные аспекты развития современной науки и образования

процесса, в том числе и на этапах многолетней спортивной подготовки [3, 5 и др.]. Данный факт и определил содержание соответствующей задачи данного этапа исследования.

Для исследования данного вопроса были проанализированы тренировочные занятия в группах юных футболистов этапа спортивной специализации (12-13 лет) и этапа совершенствования спортивного мастерства (15-16 лет).

В результате было установлено, что каждый из юных футболистов этапа спортивной специализации в возрасте 12-13 лет выполняет за одну тренировку в среднем $60,5 \pm 8,6$ действий, включая технико-тактические приемы с мячом и перемещения без мяча. При этом из всего объема используемых в тренировке технико-тактических действий, наиболее часто они применяют передачи мяча (37,2%), обводку соперника (13,3%), перехват мяча (12,7%), ведение мяча (11,0%), а также перемещения без мяча (10,5%), составляющие 84,7% всех выполняемых за занятие приемов.

Обращает на себя внимание факт, что разные передачи мяча применяются во время тренировки юными футболистами в обратной пропорции от сложности условий их выполнения. Так, наиболее часто (21,6%) они передают неподвижный мяч, тогда как в два раза реже (10,6%) прибегают к передачам находясь с ним в движении. А передачу мяча в одно касание без предварительной обработки они выполняют лишь один раз из семи. По всей вероятности, неодинаковая степень освоенности разных по координационной сложности передач мяча является причиной невысокой разносторонности (0,48 балла) этих технико-тактических действий в условиях тренировочного занятия при максимальной величине данного показателя равной 1,0 балла.

Также выявлено, что в условиях тренировочного занятия разносторонность обводки соперника у юных футболистов составляет 0,48 балла, перехватов мяча - 0,40 балла, ведения мяча - 0,59 балла, отбора мяча - 0,59 балла, ударов по воротам - 0,43 балла, разных видов перемещений 0,27 балла.

Теоретические и прикладные аспекты развития современной науки и образования

Каждый из юных футболистов этапа совершенствования спортивного мастерства в возрасте 15-16 лет выполняет за занятие в среднем $98,6 \pm 9,7$ технико-тактических действий, включая технико-тактические приемы с мячом и перемещения без мяча. При этом во время тренировки чаще остальных они прибегают в выполнении таких действий как передачи мяча (35,6%), ведение мяча (12,1%), обводка соперника (11,6%), перехваты мяча (10,9%), а также перемещения без мяча (14,7%), составляющие 84,9% всех выполняемых за занятие приемов.

Также установлено, что разносторонность выполнения передач мяча в условиях тренировочного занятия у них составляет 0,53 балла, ведения мяча - 0,43 балла, обводки соперника - 0,56 балла, отбора мяча - 0,39 балла, перехватов мяча - 0,42 балла, ударов по воротам соперника – 0,20 балла, перемещений без мяча – 0,48 балла.

С целью дальнейшего уточнения сведений о показателях разносторонности тренировочной деятельности у юных футболистов в связи с этапом их многолетней спортивной подготовки был проведен сравнительный анализ ранее рассмотренных показателей.

В результате исследования установлено, что в 53,3% случаев количественные показатели действий с мячом и перемещений в условиях тренировочной деятельности у более старших футболистов превосходят аналогичные величины молодых игроков.

Также выявлено, что в 57,1% случаев юные футболисты этапа совершенствования спортивного мастерства имеют более высокие показатели разносторонности действий с мячом и без него в условиях тренировочного занятия.

Обращает на себя внимание тот факт, что футболисты более поздних этапов многолетней подготовки даже в процессе выполнения тренировочных упражнений начинают отдавать предпочтение наиболее надежным способам выполнения таких технико-тактических действий как ведение мяча, его отбор

Теоретические и прикладные аспекты развития современной науки и образования

и удар по воротам. В связи с этим разносторонность данных приемов владения мячом у них постепенно уменьшается по сравнению с более юными футболистами.

Анализ особенностей разносторонности тренировочной деятельности юных футболистов разных этапов спортивной подготовки позволяет сформулировать для них приоритетные пути совершенствования содержания учебно-тренировочного процесса.

Для юных футболистов на этапе спортивной специализации в содержании учебно-тренировочного процесса представляется целесообразным:

- увеличить объем заданий, предполагающих выполнение передач мяча на месте, в движении и в одно касание;

- увеличить объем заданий, включающих ведение мяча по прямой и с изменением направления перемещения;

- увеличить объем заданий, включающих обводку соперника путем обыгрыша при помощи финтов;

- увеличить объем заданий, предполагающих выполнение различных вариантов перехвата мяча;

- увеличить объем заданий, предполагающих выполнение различных вариантов ударов мяча по воротам соперника;

- увеличить объем заданий, предполагающих выполнение перемещений без мяча с целью открывания для его получения, а также с целью отвлечения внимания соперника и создания свободных зон для успешных действий партнеров по команде.

Для юных футболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства в содержании учебно-тренировочного процесса представляется целесообразным:

- увеличить объем заданий, предполагающих выполнение ведения мяча с изменением направления перемещений;

Теоретические и прикладные аспекты развития современной науки и образования

- увеличить объем заданий, предполагающих выполнение отбора мяча при подходе к сопернику сбоку;
- увеличить объем заданий, предполагающих выполнение перехвата летящего мяча;
- увеличить объем заданий, предполагающих выполнение ударов мяча по воротам соперника без его предварительной обработки;
- увеличить объем заданий, предполагающих выполнение перемещений без мяча с целью отвлечения внимания соперника и создания свободных зон для успешных действий партнеров по команде.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Кубеков Э.А. *Обучение юношей 15-16 лет современной оборонительной схеме в футболе “игра в линию”*: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Майкоп, 2006. – 26 с.
2. Люкишинов Н.М., Солодков А.С., Белоусов В.В. *Искусство подготовки высококлассных футболистов*. – М.: Советский спорт, 2006. – 432 с.
3. Сучилин А.А., Золотарев А.П., Шестаков М.М. *Методологические основы исследования проблемы подготовки юных футболистов: монография*. – Волгоград: ВГАФК, 2005. – 101 с.
4. Шварц А. *Взаимосвязь соревновательной деятельности и тренировочных заданий высококвалифицированных футболистов // Физическое воспитание студентов*. – 2009. – № 1. – С. 14-17.
5. Шестаков М.М. *Индивидуализация тренировочной нагрузки в футболе // Сборник научных трудов, посвященный 25-летию КубГАФК*. – Краснодар, 1994. – С. 64-66.
6. Шестаков М.М. *Методологические основы индивидуализации подготовки в командных игровых видах спорта // Теория и практика физической культуры*. – 2009. – № 3. – С. 12-16.