



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ВЫСШАЯ ШКОЛА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И  
СПОРТА

Методика обучения технико-тактическим действиям юных футболистов

Выпускная квалификационная работа  
по направлению 44.03.05 Педагогическое образование

Направленность программы бакалавриата

«Физическая культура»

Форма обучения: заочная

Проверка на объём заимствований:

66,46 % авторского текста  
Работа рекомендована к защите  
рекомендована/не рекомендована

«29» 07 2022 г.  
зав.кафедрой ТиМФКиС

  
Жабиков В.Е.

Выполни(а):

Студент группы ЗФ-514-106-5-1  
Анохин Антон Игоревич

Научный руководитель:  
Доцент кафедры ТиМФКиС  
Чёрная Елена Викторовна

Челябинск

2022

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ.....	6
1.1 Особенности технико-тактической подготовки юных футболистов.....	6
1.2 Основные методы и методические приёмы развития технико-тактических действий в футболе.....	10
1.3 Обучение юных футболистов командным технико-тактическим действиям.....	21
Выводы по 1 главе.....	29
ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИМ ДЕЙСТВИЯМ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ.....	31
2.1 Методы и организация исследования.....	31
2.2 Реализация мероприятий по технико-тактической подготовки юных футболистов.....	34
2.3 Результаты технической подготовки юных футболистов в ходе педагогического эксперимента .....	42
Выводы по 2 главе.....	48
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	49
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	51

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность исследования.** В настоящее время футбол является одним из самых популярных игровых видов спорта. Футбол игра командная, поэтому при подготовке футболистов предъявляют высокие требования, как к мастерству всех игроков, так и к каждому игроку. Юные футболисты должны в короткий промежуток времени выполнять разнообразные движения, быстро принимать решения в любой игровой ситуации при этом контролировать скорость бега, оценивать расстояние до ворот, обладать хорошей реакцией и точно выполнять удары по воротам из различных положений на поле.

Особое внимание в учебно-тренировочном процессе необходимо уделять технико-тактической подготовке юных футболистов, используя современный подход к её освоению и совершенствованию. Игроки должны быстро принимать решения, решать задачи, возникающие во время игры при ограничении пространства и времени, иногда и под давлением со стороны соперников.

Играя в футбол, каждый игрок команды должен помнить о том, что игра коллективная, и только усилия всех игроков может привести к положительному результату во время соревнований. А если команда состоит из сильных технически подготовленных футболистов, умеющих на высоком уровне показать свое умение и мастерство, то возможность обыграть соперников будет велика.

**Цель исследования:** совершенствовать технико-тактическую подготовку юных футболистов в годичном цикле тренировки.

В соответствии с поставленной целью в процессе исследования были решены **следующие задачи:**

1. Определить исходный уровень физической подготовки мальчиков экспериментальной группы и контрольной группы.

2. Подобрать средства и спланировать учебно-тренировочные занятия по футболу для мальчиков экспериментальной группы.

3. Определить влияние средств футбола на физическую подготовку мальчиков экспериментальной группы.

**Объект исследования:** учебно-тренировочный процесс по футболу.

**Предмет исследования:** влияние технико-тактических действий на физическую подготовку юных футболистов.

**Гипотеза исследования:** Предполагается, что совершенствуя технико-тактическую подготовку юных футболистов 13-14 лет в годичном цикле тренировки, улучшится результат выступлений спортсменов на соревнованиях.

**База исследования:** Футбольный клуб «Торпедо» г. Миасс.

**Методологической базой** исследования выступают работы таких авторов, как: А.А. Гужаловский, М.Н. Жуков, А. В. Кениман, Н.В. Королева, В.И. Лях, Л.И. Пензулаева, Ю.И. Портных.

**Методы исследования:**

- 1) изучение, анализ научно-методической литературы;
- 2) педагогический эксперимент;
- 3) методы математической статистики;
- 4) сравнение и обобщение.

**Этапы исследования.** Исследование проводилось в три взаимосвязанных этапа.

На первом этапе (01.10.2021 г – 15.12.2021 г.) изучалось состояние проблемы, проводился анализ общей и специальной литературы по теме исследования.

На втором этапе (16.12.2021 г – 05.03.2022 г.) была подвергнута первичной проверке и уточнена гипотеза исследования, определен контингент испытуемых, проведен эксперимент с целью проверки

эффективности разработанной методики, беседа и анкетный опрос испытуемых. Проведена экспериментальная проверка выдвинутой гипотезы.

На третьем этапе (06.03.2022 г – 15.06.2022 г.) проанализированы результаты исследования, сформулировано заключение, оформлена выпускная квалификационная работа.

**Практическая значимость** проведённого исследования заключается в том, что совершенствуя технико-тактическую подготовку юных футболистов в годичном цикле тренировки, оптимизируются технико-тактические умения во время игры как отдельных игроков, так и команды в целом и соответственно улучшается результат выступлений на соревнованиях.

**Структура работы.** Данная работа состоит из введения, двух глав – теоретической и практической, выводов, заключения, списка использованных источников.

# **ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ**

## **1.1 Особенности технико-тактической подготовки юных футболистов**

Изучая научно-методическую литературу по проблеме исследования, Губа В.П. отмечает: «чем выше техника владения мячом и разнообразнее технические действия, тем шире возможности футболистов в осуществлении различного рода тактических планов и комбинаций, используемых в игре для достижения поставленной цели» [11].

Для молодого футболиста подход к овладению техникой должен содержать следующие этапы:

1. Знакомство с дриблингом, начало скоростной работы.
2. Изучение основных финтов, постоянная работа с мячом в движении.
3. Закрепление навыков дриблинга.

С юношеского возраста во время тренировок закладываются все данные, необходимые для профессиональной карьеры игрока. До 13 лет в учебно-тренировочном процессе упор делается на развитие быстроты, скоростного потенциала игроков, и особое внимание уделяется развитию мышечного комплекса занимающихся.

По психологическому содержанию совершенствование техники заключается в развитии способности управления своими движениями при активном участии сознания, недостаточная связь сознания и мышечно-суставного чувства может быть помехой в достижении результата, поэтому необходимо юных футболистов обеспечить полной информацией о ходе и результатах двигательных действий.

При формировании двигательного навыка у детей создается двигательное представление о техническом приёме и его элементах.

При изучении любого технического приёма в учебнотренировочном процессе используют рассказ, показ и практическое опробование разучиваемого двигательного действия. Во время рассказа необходимо точно описать приём, сообщить значение и место данного приёма в игре, объяснить основы техники выполнения, при этом рассказ должен быть кратким, чётким, образным. При показе желательно воспроизвести пространственно-временные и силовые характеристики движения, сопровождая пояснением, с целью усиления и углубления восприятия.

При попытке воспроизведения изучаемого действия используется метод практического упражнения, в постоянных и упрощенных условиях, в основном в футболе используют метод целостного упражнения, через ведущую ногу и в удобную для игрока сторону. Разучивание двигательного действия по частям в футболе часто приводит к искажению его биомеханической структуры.

Новые сложно-координационные упражнения часто приводят к быстрому утомлению нервных центров юных футболистов, поэтому достаточно ограничится небольшим количеством повторений упражнений в рамках одной серии или одного учебно-тренировочного занятия.

Многие тренеры придерживаются правила проводить две тренировки в день, например, утро: беговая и силовая тренировка, вечер: технико-тактическая работа. Иногда проводят тренировки без мяча, делая акцент на беговые тренировки.

Согласно учению Золотарёва А.П.: «в любом игровом виде спорта содержание тренировочного процесса должно быть направлено на максимальное сочетание действий группы спортсменов, которые создают, так называемые, острые моменты, с действиями одного из них, который должен реализовывать этот острый момент. Реализация острого момента в футболе заключается в ударе по воротам соперника, который часто оказывается неточным. В этих случаях командные действия игроков оказываются неэффективными, поэтому большое внимание в современном

футболе должно уделяться совершенствованию коллективных технико-тактических действий, и, особенно, завершающей их фазы: здесь в тренировочных занятиях необходимо многократное повторение отстающих действий» [17].

Современный футбол учитывает высокий рост противоборства, умение красиво вести игру - эффективно атаковать, умело обороняться, игрокам в таких условиях тяжело добиться успеха, технические приёмы часто выполняются автоматически, но это возможно только при многолетней тренировке и соответствующего соревновательного опыта игроков.

Согласно выводам, Варюшина В.В.: «это связано с различием их функций в команде и специфическими задачами, которые приходится решать в игре тому или иному игроку: от футболиста требуется умение выполнять разнообразные и разноплановые движения и приспособляться к различным условиям (например, контролировать скорость бега, расстояние до ворот), мгновенная реакция, способность быстро принимать решения».

Технику игры в футбол можно улучшить только при соответствующей общей и специальной технической подготовке, чтобы все движения были целенаправленны и рациональны. Предугадать и рассчитать движения в пространственно-временном отношении в футболе во время игры заранее невозможно, поэтому многие тренеры едины во мнении, что основа игровых действий футболистов – это техника игры. В спортивных играх техника должна быть одновременно стабильной и гибкой, разнообразной и неотъемлемой от тактики; чтобы техника помогла решать ту или иную задачу, футболисту надо постоянно расширять арсенал технических приемов [5].

Стремительное развитие футбола, предъявляет высокие требования к технико-тактической подготовке футболистов, в учебно-тренировочном процессе юных футболистов необходимо подбирать такие средства подготовки, при которых игроки должны решать реальные задачи, которые

могут возникнуть во время соревнований в ограниченном промежутке времени и иногда и пространстве.

По мнению Елагина А.В.: «для того, чтобы приступить к изучению техники футбола, в первую очередь, необходима соответствующая зрелость. Зрелость означает определенный уровень роста тела и связанную с этим работу органов кровообращения, дыхания и центральной нервной системы; при этом, внимание акцентируется в первую очередь не на росте и весе тела, а на тех качественных изменениях, которые характеризуют деятельность внутренних органов молодых футболистов» [16]. Тем самым автор отмечает, что игроки должны быть подготовлены не только физически, а также и психологически. Здесь мы можем утверждать, что технику футбола можно усвоить при хорошей физической и психологической подготовке, и она будет результативна лишь тогда, когда у игрока отлично функционирует нервная система при выборе эффективных ответных действий во время игры на неожиданные раздражители.

Известно, что человек во многих видах деятельности способен сохранять приобретенные ранее навыки, даже, если случаются перерывы в несколько лет. Однако, в футболе, как пишет Кузнецов А.А.: «игрок, не контактирующий с мячом всего несколько месяцев, испытывает определенные трудности (в зависимости от уровня его мастерства), особенно в технике, не достает до мяча, неправильно выбирает позицию, не чувствует мяч. Дело в том, что из-за отсутствия практики ослабевают когда-то выработанные связи между конечностями и нервными центрами, которые посылают импульсы-приказы; нарушается координация движений, и на большой скорости игрок может легко ошибаться» [24].

Исходя из этого, можно сделать вывод, что нельзя на длительный период прекращать учебно-тренировочный процесс совершенствования техники игры, так как технико-тактическая подготовка задача не одного года или периода, а постоянная круглогодичная, с целью овладения арсеналом

всех технических приёмов и тактических действий, доведя их до навыка высшего порядка.

## 1.2 Основные методы и методические приемы развития технико-тактических действий в футболе

Процесс обучения и совершенствования навыков, необходимых как отдельному футболисту, так и команде в целом для освоения комбинаций на поле или решения игровых ситуаций на поле достаточно сложен, в учебно-тренировочном процессе необходимо использовать ряд методов и методических приемов.

Большинство тренеров считают, что основным методом в спортивной тренировке является практический метод, наглядный и словесный.

Практический метод подразделяет на комплексный и аналитико-синтетический. При помощи комплексного метода разучиваются игровые действия на больших отрезках матча; так как этот метод требует больших затрат времени, он относительно малоэффективен. Опыт свидетельствует, что ему отдают предпочтение, когда позволяет характер игровых действий на поле и уровень подготовленности футболистов. Средством этого метода являются тактические заготовки тренера (различные комбинации). Аналитико-синтетический метод, с точки зрения времени и внутренней организации, является эффективнее комплексного метода; к нему прибегают, когда нужно разучить сложные комплексы движений или, когда надо устранить выявленные в них ошибки и недостатки.

Метод освоения простых задач, по мнению Виноградова П.А. «помогает развивать разные стороны технических действий, а также тактическое мышление и другие качества футболистов; вместе с партнером в пассивном малоактивном или активном единоборстве игроку, порой, по несколько раз приходится решать одну и ту же задачу в игре или на тренировке» [8]. Из его работ ясно, что: «упражнения, как средства,

определяются степенью сложности задания и должны дать возможность повторять решение поставленной задачи, как в стабильных, так и в меняющихся условиях» [8].

Подготовительные упражнения дают возможность повторять игровые действия в условиях, изолированных от игры, тем самым позволяют освоить циклическую сторону этих действий в их развитии.

Губа В.П. в своих работах отмечает: «наиболее подходящими средствами являются комплексные упражнения и игры, развивающие стремление бороться за победу, умение выигрывать достойно и достойно проигрывать, придерживаясь, правил, которые определяются в соответствии с поставленными целями и задачами на разных этапах подготовки» [11].

В учебно-тренировочном процессе при обучении юных футболистов важен метод постепенного освоения игровых заданий в условиях матча, это позволяет игрокам научиться решать технико-тактические задачи, демонстрировать умение выполнять главные требования тренера, т.е. быть универсальным в реализации данной поставленной задачи.

Тренеру во время матча важно направлять игру, добиваться сыгранности всех игроков команды, объяснять задачи во всех фазах игры и разбирать различные сложные ситуации. Очень часто на тренировках юные футболисты выполняют специальные задания тренера, видоизменяя правила или проигрывая различные ситуации, приближенные к соревновательным.

Как отмечает в своих работах Елагин А.В.: «одна из главных задач тренировки - научить игрока правильно двигаться на поле. Воздействовать на организм необходимо комплексно и дифференцированно. Только такое воздействие ведет к росту спортивного уровня игроков и команды, в целом. Учитывая длительность и систематичность занятий, необходимо весь тренировочный процесс разделить на определенные этапы и на основные элементы, в каждом из которых решаются определенные задачи. Пропорции между элементами спортивной тренировки меняются в зависимости от

отдачи игроков, а также от того, в какой период проходит тренировка, как быстро выявляются недостатки занимающихся» [16].

В футболе содержание спортивной тренировки составляют следующие виды подготовки: теоретическая, техническая, тактическая, психологическая и физическая. Тактическая подготовка определяет выбор технических средств в конкретной игровой ситуации, поэтому в учебно-тренировочном процессе футболистов тактику рассматривают не изолировано, а в связи с техникой. Объективна так же связь техники с физической и психологической сторонами подготовки юных футболистов, большое внимание заслуживает взаимосвязь этих элементов подготовки.

Как отмечает в своих работах Золотарёв А.П.: «эффективность применяемых средств, конечно же, зависит от методов обучения. На основании точки зрения ученых, методическое обучение технике футбола наиболее правильно начинать с 9-11-летнего возраста. При этом, нормально развивающиеся ребята уже располагают необходимыми возможностями для изучения футбольных движений. Обучение технике должно опережать время свободной, произвольной игры. Планомерное и сознательное освоение техники может наступить сразу как раз в возрасте 9-11 лет. Освоение техники означает, что необходимые для футбола навыки движений дети осваивают, совершенствуют и закрепляют именно так, чтобы они могли быть применимы в игре, в борьбе за мяч. Специалисты в области футбола, едины во мнении, что в современных условиях важнейшими критериями мастерства футболиста являются тактическая зрелость и сознательные действия на поле, основывающиеся на глубоком знании общей техники и тактики игры в обороне и в нападении. Эти основные качества, а также физические данные, определяют характер футболиста, его поведение на поле, возможности в отношении тренировок» [17].

Во время тренировок юных футболистов необходимо повышать объем упражнений с соревновательными элементами, при этом совершенствуя индивидуальные и командные атакующие действия в модельных условиях

соревнований. Необходимо повышать специальную выносливость, которая способствует выполнению большого количества целостных соревновательных комбинаций на поле, необходимым условием для этого является хорошее владение техникой и функциональной готовностью организма. При этом техника юного футболиста должна обязательно контролироваться и совершенствоваться в смысле приспособления её к более высокой скорости, тренировочный процесс должен включать в себя разнообразные средства, направленные на укрепление мышц, участвующих в реализации скоростных движений, т.е. единства скоростных и силовых качеств и соответственно скоростной выносливости.

Фундаментом технической подготовки юных футболистов является специальная физическая подготовка при выполнении различных тренировочных вариантов соревновательных упражнений. Тактика игры подразделяется на тактику нападения (когда команда владеет мячом) и тактику защиты (когда команда ведет оборону своих ворот). Тактические задачи в нападении и защите решаются с помощью индивидуальных, групповых и командных действий.

Одновременно с освоением техники элементов на этапе обучения у занимающихся происходит формирование тактических умений, в процессе дальнейших тренировок они усложняются и объединяются в тактические комбинации. Тактические действия сложные для освоения юных футболистов лучше осваивать по частям, а к целостному методу обучения лучше прибегнуть для закрепления или совершенствования изучаемого приёма. В защите и в нападении целесообразнее использовать индивидуальные тактические действия, с учётом различных игровых ситуаций на поле. Проводить обучение занимающихся индивидуальным тактически действиям лучше во взаимосвязи с основными техническими приёмами, иначе это будет формальное освоение занимающимися техники игры в футбол, и неумение их использовать во время сложных игровых ситуаций.

Золотарёв А.П. В своих работах по футболу пишет: «последовательность обучения индивидуальным тактическим действиям такова. Сразу же после объяснения и показа разучиваемого приема юные футболисты некоторое время выполняют его в облегченных условиях (с места, в замедленном темпе, без сопротивления соперника и пр.). Далее в упражнение вводится соперник, действующий сначала в рамках указаний преподавателя. Постепенно круг его действий расширяется, и единоборство приобретает характер соперничества между занимающимися. Наконец, изучаемый прием закрепляется в подвижных и учебных играх, игровых упражнениях» [17].

Пример упражнений на разучивание ударов по воротам:

1.1.1 Удар после остановки грудью. Занимающиеся занимают позицию спиной к воротам в 10-12 м от них. Партнеры набрасывают им мяч, те останавливают его грудью, подправляют под ногу и бьют по воротам.

1.1.2 Удар с лета. Игрок встает напротив ворот на расстоянии 10-12 м. Его партнер сбоку подает мяч так, чтобы тот с разбега смог с лета пробить по воротам.

1.1.3 После преследования. Игрок с мячом встает в 7-8 м от линии штрафной площадки. Позади него в 5-6 м встает партнер. Первый ведет мяч к воротам, второй его преследует, стремясь помешать нанести удар по мячу.

1.1.4 Финт и удар. Игрок посылает мяч ногой справа (слева) от стойки, находящейся в 16 м от ворот, затем обегает стойку слева (справа) и выполняет удар по воротам.

1.1.5 С линии штрафной площадки. Несколько игроков встают на линии штрафной площадки лицом к центральному кругу. Перед ними в 6-7 м кладутся мячи. По сигналу преподавателя игроки делают рывок к мячам, подхватывают их, поворачиваются и ведут мячи к воротам. Удары по воротам наносятся с линии штрафной площадки.

1.1.6 Удар после прохода. Напротив ворот в 5 м от штрафной площади в направлении центрального круга через каждые 3 м устанавливаются 4 стойки. От боковых линий штрафной площади до центральной линии поля обозначается коридор. Один из занимающихся встает сбоку в нескольких шагах от коридора. Остальные располагаются в центральном круге. Первый участник ведет мяч до первой стойки и передает его низом игроку, стоящему за коридором. Получив мяч вновь от этого игрока, первый участник продвигается до следующей стойки и вновь возвращает его партнеру и т. д. Пройдя последнюю стойку, он входит в штрафную площадь и бьет по воротам. Затем упражнение выполняет следующий игрок. По мере освоения упражнения игроки выполняют передачи в одно касание.

Основными требованиями подбора упражнений с целью обучения футболистов навыкам позиционного нападения являются: размеры площадки: 40×40 метров. Оборудование: стандартные ворота. Организация и содержание упражнений: после того, как вратарь передает мяч одному из четырех атакующих игроков (два центральных игрока и два фланговых), они развивают позиционное нападение. Задача - пересечь противоположную линию ворот, контролируя мяч. Два соперника (защитника) пытаются предотвратить это. Эффективным является выполнение упражнения, когда 8 из 10 атак заканчиваются успешно. Обучающие задачи: создавать максимально возможное игровое пространство; правильно использовать это пространство, разумно и быстро пасуя и делая эффективные маневры без мяча; играть в одно касание только тогда, когда нет риска потери мяча; ведение мяча осуществлять в исключительных случаях, например, когда нет игрока, которому можно было бы сделать передачу. Исключить ведение мяча в центральной зоне поля возле своих ворот; использовать как можно больше комбинаций в атаке с участием двух и трех игроков. После того, как два защитника овладели мячом, к ним присоединяются два нейтральных игрока по флангам с целью забить мяч в стандартные

ворота. За каждый гол в ворота дается 1,5 очка, каждое успешное ведение мяча за линию поля оценивается в 1 очко. Двое конусообразных ворот устанавливаются по краям поля на расстоянии 25 м напротив стандартных ворот. Нападающие должны пробежать через одни из этих ворот перед тем, как вести мяч через линию. Это заставит нападающих чаще использовать пространство на флангах. Двое конусообразных ворот устанавливаются на противоположной линии. Нападающие должны провести мяч через одни из них, тем самым ограничивается пространство при взятии ворот. Вводится временной лимит на развитие позиционной атаки, например, до 30 с. Это позволит ускорить принятие решения атакующими игроками [14].

Лапшин О.Б. в своих работах отмечает: «если в команде имеются техничные и одновременно быстрые игроки, то в игре против команды, атакующей крупными силами, целесообразно использовать малоходовые быстрые комбинации. Когда же противоположная команда атакует небольшим числом игроков, сосредоточив основные силы в обороне, есть смысл вести атаки медленнее, постепенно подтягивая в ходе их силы из тыла, используя широкий маневр и смену мест игроками. Разъясняя сущность игры в обороне, преподаватель рассказывает занимающимся, на чем базируется оборона и чему она подчинена. Затем ведется разговор об общих принципах игры в защите: необходимость предвидеть ход развивающихся событий, уметь определять наиболее опасные направления в развитии атаки соперников, отличать их ложные ходы от истинных замыслов, принимать в борьбе с соперником наиболее рациональные в данной ситуации индивидуальные и коллективные тактические действия. Данное сообщение полезно подкрепить анализом игры отдельных учащихся в недавно прошедшей встрече. При этом рекомендуется отметить как положительные стороны их действий, так и отрицательные. Аналогичным образом преподаватель ведет разговор о фазах перехода от обороны к нападению и пр.» [25].

К решению теоретических задач различной трудности по футболу лучше переходить, когда юные футболисты освоили основной учебный материал, лучше проводить данные занятия в форме вопросов и ответов, подбирая несложные, знакомые теоретические данные, которые затем лучше усложнять.

Например, какой тактике целесообразно придерживаться при игре на размокшем поле; какие передачи (короткие, длинные, средние) следует использовать, играя против ветра; как должны расположиться защитники при определенном расположении соперников и мяча, чтобы каждый из них имел бы удобную позицию для страховки, взаимостраховки и достаточно плотной опеки нападающих, и т.д.

Обсуждать план взаимодействия игроков и использовать тактические комбинации лучше в ходе установки на игру, необходимо напоминать юным футболистам об их игровых функциях, как лучше распределять свои силы по ходу игры, при этом необходимо понимать, что тренер не может предвидеть всю игру соперников, поэтому решения в игре юные футболисты принимают сами, придерживаясь общего плана игры. Рекомендуется проводить разбор игры, анализируя игру команды и отдельных игроков, необходимо давать оценку выполнения командой и отдельными игроками намеченного плана, что удалось в игре и какие ошибки были допущены. Необходимо установить основные причины неудач, дать оценку игры звеньев, линий и отдельных игроков, отметить положительные моменты в их действиях и установить, если это будет необходимо причины неудач. Важно отметить игроков, которые сумели в различных игровых ситуациях применить правильные и неожиданные для соперников решения. Следует выслушать высказывания самих игроков, при разборе игры, по поводу обсуждаемых вопросов, это позволит актуализировать занятие и расширит круг теоретических познаний юных футболистов, позволит сделать правильные выводы.

Как отмечает в своих трудах Елагин А.В.: «комбинированная защита - это сочетание в действиях игроков личного и зонного методов, что заключается в переключении от игры против игрока на игру в зоне, и наоборот. В практике современного футбола указанный метод нашел наибольшее распространение, так как он отличается наибольшей надежностью и значительно затрудняет действия соперников. Вот примеры организации комбинированной защиты: трем защитникам поручается с помощью метода личной защиты опекать трех нападающих соперников, четвертому же вменяется в обязанность расположиться позади партнеров так, чтобы суметь вовремя подстраховать их. Двум центральным защитникам вменяется в обязанность играть в указанной для каждого зоне, а двум крайним защитникам поручается персонально опекать двух крайних нападающих соперников, игрокам даются указания при приближении соперников с мячом к опасной зоне переключиться с зонной защиты на плотную личную опеку. Команда, владеющая различными тактическими системами и их вариантами смело применяющая их в игре, всегда является опасным соперником. Однако следует иметь в виду, что любая тактическая система дает лишь общую схему ведения игры, оставляя широкий простор для творческих исканий каждому игроку. Внесение новизны, изобретательности и неожиданности в тактическое построение игры имеет решающее значение для победы над соперником» [16].

Передачи мяча на большие расстояния должны использоваться только тогда, когда есть уверенность, что они будут успешны. Если есть сомнения, то надо использовать короткую передачу. Если игровая обстановка позволяет, всегда предпочтительно передавать мяч вперед, а не поперек поля. Если возможно, необходимо передавать мяч по земле. Рискованные передачи должны быть исключены, даже если придется передавать мяч обратно несколько раз. Безопасность очень важна при передаче, получении и контроле мяча. После того как сделана точная передача, необходимо быстро переместиться в позицию на поле, где

мало или совсем нет противников. Позиционное нападение требует сотрудничества всех игроков в команде вне зависимости от их амплуа. Игра без мяча должна быть организованной и осмысленной. Это особенно важно для поддержки игрока с мячом. Игроки во время игры совершают 98 % действий без мяча. При поддержке игрока с мячом необходимо пытаться быть в его поле зрения, ожидая зрительного согласия до того, как передача сделана. Зрительный контакт со своим партнером необходим, чтобы указать, когда и куда ему сделать передачу. Как только команда овладела мячом, каждый игрок должен быстро переключить свои действия с оборонительных на атакующие. Необходимо рассредоточиться по полю, образуя зигзагообразное построение. Когда в нападении участвуют три игрока, то они должны образовывать треугольник, если четыре игрока – ромб, а если 5 – пятиугольник. Количество ведений мяча должно быть минимальным и требуется избегать ситуаций 1×1. Стараться создавать превосходство в атаке 2×1. Не ждать пока мяч приблизится к тебе, а самому двигаться к нему. Особенно это касается длинных передач. Решить, что делать с мячом до того, как получить его. Стараться получить мяч и контролировать его с оптимальной ориентацией тела по отношению к соперникам. Постараться создать максимальное пространство, если есть возможность, то играть в одно касание, применять финты, быстро изменяя направление атаки [24].

В современном футболе применяются различные методы организации оборонительных действий: личная, зонная и комбинированная защита. Личная защита - это действия игрока против определенного соперника, который постоянно мешает ему принимать мяч, вести его в сторону ворот, выполнять передачи мяча партнерам и наносить удары по воротам. Метод личной защиты может применяться или только в штрафной площади, или на своей половине поля, или же по всему полю. Ответственность каждого игрока за своего подопечного, рациональная расстановка сил в команде - вот основные достоинства этого метода. К недостаткам следует отнести

сложность организации взаимостраховки, возможность осложнения ситуации из-за освобождения опасной зоны перед воротами. Наиболее эффективен этот метод в игре против сильных игроков команды соперников. Зонная защита заключается в охране игроками определенной зоны перед воротами, т. е. в ответственности каждого игрока за действия любого соперника, появившегося в его зоне. Достоинство данного метода в том, что за счет создания численного преимущества перед соперниками на главном направлении их атаки и лучшего взаимодействия игроков обеспечивается более плотная оборона непосредственно перед воротами и создаются благоприятные условия для перехода от обороны к атаке ворот противоположной команды. Недостатком же зонной защиты считается тот факт, что у соперников имеется реальная возможность организовать численное превосходство в одной из зон с одновременным уходом футболистов из других зон [12].

Необходимо создавать условия в учебно-тренировочном процессе, которые будут соответствовать реальной ситуации соревновательной борьбы, такие методические приемы подготовки юных футболистов к соревнованиям разрабатываются тренером с учётом физиологических особенностей и функциональных возможностей организма занимающихся.

Как отмечает в своих работах Лапшин О.Б.: «неправильное построение и дозировка могут иметь отрицательное значение как для результатов соревновательной деятельности, так и для здоровья спортсмена. Задача подготовить футболиста к психическим нагрузкам путем создания искусственных экстремальных условий в процессе тренировки. Введение трудностей и препятствий, естественно, должно быть согласовано с процессом чередования условий обеспеченного достижения высокого результата. Здесь, спортсмен невольно преодолевает психологический барьер возможности к спортивному достижению.

Известно, что перед выполнением любого удара по воротам спортсмену требуется время для сосредоточения на предстоящем

ответственном действии. Он должен оценить пространственное расположение всех значимых объектов, прогнозировать свои движения. Тем не менее, фактом следует считать, что в игре, особенно если речь идет о юных футболистах, практически никто не старается точно и правильно представить себе удар и соответствующие ему мышечные усилия. Экспериментально доказано, что возможно более точное выполнение соревновательного действия определяется продуктивностью формирования двигательного навыка в процессе тренировок, где учитывается вариативность всех его фаз и особенности влияния сбивающих факторов. Другими словами, подготовленность спортсмена к действию в разнообразных условиях и устойчивость к воздействию различных раздражителей во время исполнения двигательного навыка» [25].

Способы решения педагогических задач, эффективно применяемые тренером в учебно-воспитательном процессе, должны стать доступными для других специалистов.

### 1.3 Обучение юных футболистов командным технико-тактическим действиям

Обучение тактической подготовки юных футболистов начинается с первых занятий и продолжается в течение всего времени занятий, используя наглядные пособия. Это могут быть и макеты футбольного поля с передвижными фишками, рисунки, иллюстрирующие различные тактические комбинации игроков, или специальные доски, на которых тренер наносит необходимый чертёж при объяснении, часто в практике используются видеосъемка, которая дает возможность многократного просмотра материала при разборе тактических действий игроков и команды в целом.

С юными футболистами необходимо проводить теоретические занятия по тактике игры в футбол и в первую очередь их необходимо познакомить с правилами игры в футбол. Рассматривая атакующие действия необходимо

делать акценты на три стадии данного двигательного действия: это начало атаки, развитие атаки и завершение атаки, при этом стараться раскрыть методы атаки, а они могут быть различными, исходя из возможностей команды, при этом важно учитывать и силы соперников.

Изучая оборонительные действия игроков и команды в целом, необходимо заострить внимание, на чём она базируется и чему подчинена, затем можно перейти к общим принципам игры в защите, чтобы предвидеть ход игры. Необходимо учиться заранее, определять опасные направления в развитии атаки соперников, отличить ложные двигательные действия соперников и принять наиболее рациональные индивидуальные или командные тактические действия. Так же важно при обучении провести разбор игры отдельных игроков или команды в целом, отмечая как положительные действия, так и отрицательные.

Теоретически рекомендуется разобрать фазы перехода от обороны к нападению и так же рекомендуется переходить к решению задач различной трудности, рекомендуется делать установки на предстоящие игры.

Так Губа В.П. в своих работах приводит пример: «если известно, что в команде соперников имеется игрок, хорошо владеющий финтами и высокой скоростью передвижения, тренер советует защитникам опережать его при приеме мяча. В ходе установки также обсуждается план взаимодействия игроков и использования тактических комбинаций. Небесполезно напомнить юным футболистам об их игровых функциях, как лучше играть в условиях сегодняшней погоды и распределить свои силы в течение всего матча. Завершая установку, тренер напоминает, что установка не в состоянии предвидеть течение предстоящей встречи во всех ее аспектах. В связи с этим большинство решений в игре юные футболисты должны принимать сами, руководствуясь общим планом игры» [11].

После проведенной игры необходимо провести разбор, анализ игры всей команды, дать оценку выполнения намеченного плана, отметить, что удалось и что не удалось в игре, если необходимо установить причины

неудач. Важно дать оценку игры звеньев, линий и отдельных игроков, и их действий, дать советы по устранению ошибок, отметить игроков, которые отличились в игре, применили нестандартные игровые ситуации или решения, неожиданные для соперников. При этом важно дать возможность высказаться самим игрокам при решении того или иного вопроса, это даст возможность активизировать занятие, расширит круг теоретических знаний юных футболистов и даст возможность сделать правильные выводы, в случае неудачных действий отдельных игроков.

Иногда тренеры в качестве теоретического анализа организуют просмотр соревнований команд соперников или команд взрослых футболистов профессионалов с последующим разбором.

Как отмечает в своих работах Кузнецов А.А.: «индивидуальные тактические действия - это целесообразное использование юными футболистами и в защите, и в нападении своих технических возможностей с учетом складывающейся в игре обстановки. Обучение занимающихся индивидуальным тактическим действиям проводится во взаимосвязи с процессом обучения основным техническим приемам. Несоблюдение этого требования приводит, как правило, к формальному освоению техники, неумению ее использовать эффективно в игровых ситуациях. Последовательность обучения индивидуальным тактическим действиям такова: сразу же после объяснения и показа разучиваемого приема юные футболисты некоторое время выполняют его в облегченных условиях (с места, в замедленном темпе; без сопротивления соперника и пр.). Далее в упражнение вводится соперник, действующий сначала в рамках указаний тренера. Постепенно круг его действий расширяется, и единоборство приобретает характер соперничества между занимающимися. Наконец, изучаемый прием закрепляется в подвижных и учебных играх, игровых упражнениях» [24].

При взаимодействии между собой, игроки команды в ходе игры проводят различные тактические комбинации - это действия двух или

нескольких игроков, решающих различные тактические задачи. Тренер при обучении юных футболистов тактическим комбинациям должен стремиться взаимопонимания и сыгранности между игроками одного звена или линии, в том числе и играющих в различных звеньях игроков (между двумя, тремя и более играющих). К обучению командным тактическим действиям юных футболистов следует переходить по мере овладения ими необходимых технических приемов, приобретения определенных теоретических знаний и освоения взаимодействий между игроками, при этом важно учитывать склонности и возможности каждого юного футболиста.

В учебно-тренировочной практике юных футболистов рекомендуется широко использовать игровые упражнения, при помощи которых можно развивать определённые тактические действия, отрабатывать взаимопонимание и взаимосвязь между игроками, меняя количество участников и размеры площадки, в зависимости от поставленной задачи и степени подготовленности занимающихся.

Конечно, основным средством обучения юных футболистов командным тактическим действиям будет учебная игра, перед её проведением тренеру рекомендуется разобрать сценарий игры и провести необходимую беседу с игроками, в ходе самой учебной игры тренеру рекомендуется перемещаться от одной группы игроков к другой, делая замечания и указания, в отдельных случаях. Тренеру можно остановить игру в целях повторения определённой комбинации или привлечения внимания участников игры к грубой тактической ошибке игроков. Закрепление и совершенствование командных тактических действий проводится в процессе товарищеских и календарных игр, сначала рекомендуют подбирать менее сильного соперника, затем равного и только потом более сильного, основная цель данных игр, это практическая проверка готовности команды и каждого игрока.

Осуществляя командные тактические действия в нападении, можно применить два метода: первый - быстрый прорыв, второй - позиционное

нападение. Позиционное нападение осуществляется в виде медленного розыгрыша мяча и продвижения вперед, в позиционном нападении используется перемещения игроков поперек поля, скрещивания и индивидуального обыгрывания защитников, т.е. командные тактические действия в защите организуются с учётом выбранной командой тактической системы игры.

В футболе применяю различные методы организации оборонительных действий: личная, командная и комбинированная защита.

Верхошанский Ю.В в своих работах по футболу пишет: «личная защита – это действия игрока против определённого соперника, который мешает принимать мяч, вести его в сторону ворот, наносить удары по воротам. Ответственность каждого игрока и рациональная расстановка сил в команде во время игры, являются основным достоинством этого метода, наиболее эффективен этот метод в игре против сильных игроков команды соперников [7].

Зонная защита – это действия по охране игроками определенной зоны перед воротами, достоинство метода в том, что за счёт создания численного преимущества перед соперниками обеспечивается более плотная оборона перед воротами и создаются благоприятные условия для перехода от обороны к атаке ворот команды соперников.

Комбинированная защита – это действия игроков личного и зонного методов, т.е. переключение от игры двух игроков на игру в зоне и наоборот, данный метод нашел наибольшее распространение в практике, так как отличается наибольшей надежностью и значительно затрудняет действия соперников.

Любая тактическая система дает лишь общую схему ведения игры, оставляя простор для творческих исканий каждого игрока, так как внесение новизны, неожиданности в тактическом построении игры имеет решающее значение для победы над соперником» [7].

Повышение качества учебного процесса в школе по физической культуре, развитие сознательного отношения к физической культуре и спорту, а также эффективности образовательного процесса способствует формированию мотивации школьников. Урок физической культуры часто воспринимается учащимися как развлечение, для многих он не является предметом для изучения. Важный механизм исправления данной ситуации, когда создаются условия, с целью формирования требуемого отношения к уроку физической культуры, т.е. формируется мотивация к занятиям физическими упражнениями с целью повышения познавательной и двигательной активности, при росте эффективности образовательных и оздоровительных задач учебного процесса.

Внутренняя мотивация является побуждающим фактором к действию, с основной целью повысить состояние уверенности и независимости, это связано с потребностями человека добиться успеха. Особенности социализации влияют на развитие мотивации достижения, т.е. социальный мотив. Так в физкультурно-спортивной деятельности развить мотивированное отношение к занятиям физическими упражнениями, является одной особенностью мотивации, зависящей от интересов, ценностей и идеалов занимающихся.

Как отмечает в своих работах Кузнецов А.А.: «необходимым условием возникновения мотивации является процесс соотнесения потребностей человека со своими возможностями и особенностями физкультурно-спортивной деятельности, а также существование потребностей двух видов: 1) духовных, связанных с самоутверждением и самовыражением; 2) материальных, определяющихся достижением материального благополучия. Стремление субъекта на собственное развитие, приобретение социокультурного опыта являются основными направлениями мотивированного отношения к занятиям физической культурой. Основным факторами мотивации являются: особенности образовательной системы, особенности организации учебного процесса,

индивидуально-психологические особенности самого субъекта познания, субъективные особенности педагога по физической культуре, специфика физической культуры (цели, задачи, содержание, форма осуществления, значение). Главными предпосылками для мотивации определяются: смысл занятий физическими упражнениями, условия для проявления инициативы и самостоятельности, условия проблемного обучения, опора на известное ученикам знания и умения, эмоциональность занятий, разнообразие методов обучения» [24].

Учитывая осознанность понимания учениками социальной и личностной сущности физической культуры и спорта, необходимо решать задачи формирования мотивации в ходе физкультурно-спортивной деятельности, повышая принципиальную ориентацию с учётом задач, определяя ближайшую и отдалённую цель.

Стабилизируя мотивирующее отношение к физической культуре и спорту необходимо учитывать факторы социально-личностной ориентации, они могут быть как биологические, так и социальные и активизировать деятельность занимающихся. Определяя мотивацию к деятельности, эти мотивы могут быть основной причиной для образования новых форм потребностей.

Елагин А.В. приводит в своей работе такой пример: «на основе стремления быть сильнее всех в классе, у юноши, в результате акцентирования мотива сохранения и укрепления здоровья, может развиваться новая потребность в занятиях физическими упражнениями - стремление к здоровому стилю жизни, к физической культуре своего тела. Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом связано с процессом снижения уровня влияния материальной ориентации (в отличие от профессионального спорта) на деятельность» [16].

Организуя определённые условия и используя в тренировочных занятиях специальные средства обучения можно методически обеспечить

процесс формирования мотивации, решая задачи управления потребностями занимающихся.

В своих работах Губа В.П. отмечает: «принцип оптимальной трудности учебных задач являются основой для реализации условий проблемности обучения. При этом, рациональными для учащихся должны быть условия физической и психологической нагрузки на уроке. Здесь важную роль играет грамотная формулировка ближайших и отдельных целей достижений в физической культуре и спорте учениками. Этот способ мотивации способствует не только оптимизации трудности заданий, но и рационализации потребностей субъекта познания. Разнообразие предлагаемых форм, методов и средств обучения в современной науке определяет значительные возможности учителя в решении проблемы выбора методических условий на уроке. Сегодня эффективность процесса обучения доказана экспериментальными исследованиями различных сочетаний средств: словесного, наглядного и практического методов обучения. При этом обнаружена рациональная связь между традиционным, проблемным способом передачи знаний и формирования умений. Освоение педагогом содержания инновационной педагогической деятельности, развивающих и формирующих технологий образования открывает новые перспективы в аспекте совершенствования учебного процесса, решения проблем разнообразия методов и средств обучения» [12].

Решать вопросы обучения и тренировки юных футболистов можно в педагогическом процессе, с целью не только физического совершенства, но и улучшения уровня технико-тактической и психологической подготовки занимающихся.

Как пишет в своих трудах Андреев С.Н.: «в юношеском возрасте в организм футболиста закладываются все данные, согласно большинству методик, скоростно-силовой комплекс нужно развивать с 13-ти лет, когда организм, по большому счёту, сформировался. До 13-ти упор делается на

развитие скоростного потенциала, потом идёт основная работа на развитие мышечного комплекса.

Тренировочный процесс предполагает три этапа: первый - этап начальной подготовки для детей 7-12 лет, второй - учебно-тренировочный этап для детей 13-15 лет, третий - этап спортивного совершенствования уже для детей старшего школьного возраста, а именно 16-18 лет. В педагогическом процессе физического воспитания используется чаще всего первый этап и частично второй этап» [1].

Расширять круг изучения технико-тактических приёмов, формировать умения выполнения изученных приёмов в сложных игровых ситуациях, развивать двигательные способности, необходимых для спортивной игры в футбол можно и в процессе учебно-тренировочного процесса. Отработать быстро и точно выполнение приёмов, освоить различные тактические приёмы, повысить знания для более результативных игр, расширить игровые функции занимающихся это основные задачи технической и тактической подготовки юных футболистов. Обучение и тренировка - это основные процессы подготовки юных футболистов в спортивной секции и на уроке физической культуры по футболу, в которых решаются определённые задачи при взаимосвязи данных процессов. В таких видах подготовки юных футболистов как: физическая, техническая, тактическая и психологическая так же прослеживается взаимосвязь, которая проявляется при обучении занимающихся технике и тактике игры в футбол.

### **Выводы по 1 главе**

1.С юношеского возраста во время тренировок закладываются все данные, необходимые для профессиональной карьеры игрока. До 13 лет в учебно-тренировочном процессе упор делается на развитие быстроты, скоростного потенциала игроков, и особое внимание уделяется развитию мышечного комплекса занимающихся.

Чем выше техника владения мячом и разнообразнее технические действия, тем шире возможности футболистов в осуществлении различного рода тактических планов и комбинаций, используемых в игре для достижения поставленной цели.

2. Наиболее подходящими средствами являются комплексные упражнения и игры, развивающие стремление бороться за победу, умение выигрывать достойно и достойно проигрывать, придерживаясь, правил, которые определяются в соответствии с поставленными целями и задачами на разных этапах подготовки.

В учебно-тренировочном процессе при обучении юных футболистов важен метод постепенного освоения игровых заданий в условиях матча, это позволяет игрокам научиться решать технико-тактические задачи, демонстрировать умение выполнять главные требования тренера, т.е. быть универсальным в реализации данной поставленной задачи.

3. Обучение тактической подготовки юных футболистов начинается с первых занятий и продолжается в течение всего времени занятий, используя наглядные пособия. Это могут быть и макеты футбольного поля с передвижными фишками, рисунки, иллюстрирующие различные тактические комбинации игроков, или специальные доски, на которых тренер наносит необходимый чертёж при объяснении, часто в практике используются видеосъемка, которая дает возможность многократного просмотра материала при разборе тактических действий игроков и команды в целом.

С юными футболистами необходимо проводить теоретические занятия по тактике игры в футбол и в первую очередь их необходимо познакомить с правилами игры в футбол. Рассматривая атакующие действия необходимо делать акценты на три стадии данного двигательного действия: это начало атаки, развитие атаки и завершение атаки, при этом стараться раскрыть методы атаки, а они могут быть различными, исходя из возможностей команды, при этом важно учитывать и силы соперников.

## **ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИМ ДЕЙСТВИЯМ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ**

### **2.1 Методы и организация исследования**

В своей работе использовались традиционные методы исследования:

1. Анализ научно-методической литературы.
2. Анкетный опрос и беседа.
3. Педагогический эксперимент.
4. Контрольные испытания (тесты).
5. Методы математической статистики.

Анализ научно-методической литературы. Используются известные библиографические приемы сопоставления и анализа научных работ.

Анкетный опрос и беседа. Обследование проводили методом педагогических наблюдений, анкетированием учащихся, занимающихся футболом, бесед с ними в течение года.

Педагогический эксперимент. Проведена экспериментальная проверка выдвинутой гипотезы. Цель педагогического исследования - определить влияния средств футбола на физическую подготовку школьников 12-13 лет.

Контрольные испытания (тесты). Для определения уровня развития силы у юных футболистов использовались контрольные испытания: станова динамометрия (кг), сгибатели предплечья (кг), сгибатели голени (кг), разгибатели голени (кг).

Для определения уровня развития скоростно-силовой подготовки юных футболистов использовались контрольные испытания:

- прыжок в длину с места (см),
- прыжок вверх (см)
- частота шагов в беге на месте за 15 сек. (кол-во шагов)
- бег 30 м (сек)

Удар на дальность. Измеряли рулеткой расстояние от места удара до точки первого соприкосновения мяча с землей (м), давалось три попытки, фиксировалась лучшая.

Удар на точность. Прямоугольник высотой 120 см и шириной 250 см. находясь на расстоянии 11 м от щита, необходимо попасть в прямоугольник. 5 ударов правой ногой. Учитывалось количество попаданий.

Жонглирование мячом. Проводилось на футбольном поле, три попытки фиксировалось количество выполненных ударов без потери мяча на землю. Засчитывался лучший результат.

Ведение мяча с обводкой стоек. Необходимо было вы полнить ведение мяча туда и обратно. Давались две попытки, учитывалась лучшая попытка. Фиксировалось время пробегания в секундах.

Бег 30 м с ведением мяча с высокого старта. Ведение мяча - любым способом, с обязательным касанием мяча не менее трех раз на отрезке. Бремя бега (сек) регистрировалось секундомером.

Определение игровой деятельности. Вычислялись коэффициенты точности, которые определялись в процессе наблюдений.

Методы математической статистики.

Полученные цифровые данные были подвергнуты методам математической статистики. Для оценки применялись среднее арифметическое значение и среднее квадратическое отклонение. Достоверность различия результатов установили с помощью  $t$  – критерия Стьюдента при уровне значимости  $P < 0,05$ .

Исследование проводилось в три взаимосвязанных этапа:

На первом этапе изучалось состояние проблемы, проводился анализ общей и специальной литературы по теме исследования.

На втором этапе была подвергнута первичной проверке и уточнена гипотеза исследования, определен контингент испытуемых, проведен эксперимент с целью проверки эффективности разработанной методики, беседа и анкетный опрос испытуемых. Проведена экспериментальная проверка выдвинутой гипотезы.

На третьем этапе проанализированы результаты исследования, сформулировано заключение, оформлена выпускная квалификационная работа.

## 2.2 Реализация методики обучения технико-тактической подготовки юных футболистов

Эффективность учебно-тренировочного процесса зависит от правильного подбора специфических технико-тактических упражнений, моделирующих игру в футболе. Опыт работы авторов, а также изучение работы тренеров клубных команд и сборных России позволяет предложить базовые технико-тактические упражнения для футбола, которые могут быть использованы в работе тренерами команд, клубов.

На основе этих упражнений тренер может дополнительно разработать или подобрать новые упражнения. При этом важно, чтобы каждое упражнение в ходе подготовки игроков к соревнованиям обеспечивало максимальную результативность технико-тактических приемов, последовательно наращивая скоростную динамику их выполнения.

Передачи мяча являются промежуточным звеном между индивидуальными и групповыми действиями в футболе. Выполняя передачи мяча, футболист демонстрирует индивидуальное мастерство. Варьируя различными видами передач в нападении, атакующие вызывают перемещение игроков соперника, заставляя их двигаться и смещаться.

Каждая передача может быть эффективной в определенных случаях. Длинные продольные и диагональные передачи позволяют проводить атаку ворот соперника на высокой скорости.

Упражнение 1. Передача мяча в парах выполняется внутренней стороной стопы в двух различных вариантах: а) в одно касание; б) передача мяча с остановкой мяча под подошву.

Упражнение 2. Передача мяча внутренней стороной стопы выполняется резким движением стопы, можно выполнять двумя мячами вариантами: а) в одно касание; б) прием мяча под подошву с последующей передачей.

Упражнение 3. Рывок после передачи мяча. Передача мяча внутренней стороной стопы выполняются резким движением стопы. Игрок А выполняет передачу мяча внутренней стороной стопы игроку Б, а сам быстро устремляется на его место. Последний, в свою очередь, выполняет передачу игроку В и перебегает на его место и т.д.

Упражнение 4. Игрок А1 начинает упражнение с ведения мяча и передача в противоположную колонку, затем он передает мяч игроку Б1, а сам перемещается в конец колонны Б. Игрок Б1, подхватив мяч, ведет его, а затем передает в противоположную колонку игроку А2 и т.д.

К взаимодействию двух игроков относятся комбинации: скрещивание, в стенку, в одно касание, ведение мяча с остановкой под подошву, передача мяча с перемещением по игровому полю, передача мяча со сменой мест. К взаимодействиям в тройках относятся такие комбинации, как пропускание мяча, в одно касание, взаимозаменяемость и другие передачи мяча в тройках с продвижением вперед.

Упражнение 5. Комбинация скрещивание выполняется в колоннах. Игрок А1 ведет мяч левой ногой и скрытно оставляет его движущемуся на встречу из противоположной колонны игроку Б1, и сам выполняет быстрый рывок в конец колонны Б. Игрок Б1 принимает мяч, ведет его левой ногой, а затем оставляет игроку А2, а сам выполняет рывок в конец колонны А и т.д. В ходе выполнения упражнения ведение мяча выполняется левой и правой

ногой попеременно.

Упражнение 7. Передача мяча с перемещением. Игрок А выполняет передачу в движении (на ходу) игроку Б, а сам перемещается вперед. Игрок Б выполняет то же самое. И так по всей длине площадки.

Упражнение 8. Передача мяча со сменой мест. Выполнение: упражнение начинает игрок Б. Игрок Б выполняет левой ногой передачу игроку А, а сам устремляется на место игрока Б1, куда следует передача от игрока В. Игрок Б1 правой ногой в одно касание возвращает мяч игроку В, а сам выполняет рывок на свое прежнее место, куда вновь следует передача мяча от игрока А и т.д.

Упражнение 9. Передача мяча в одно касание с последующим рывком. Игрок А выполняет передачу внутренней стороной стопы в одно касание в противоположную колонну игроку Б1, а сам делает рывок на это место. Игрок Б1 совершает ведение в сторону на место Б2, а затем выполняет передачу игроку А2 и так до конца площадки с последующим ударом по воротам.

Упражнение 10. Передача мяча в тройках с продвижением вперед. Игроки А и Б начинают упражнение с движением вперед. Игрок Б выполняет передачу на ходу игроку А и перебегает на место партнера. Игрок А принимает мяч и выполняет передачу на ходу игроку В, а сам перемещается на его место. Игрок Б принимает мяч и выполняет передачу уже на ходу игроку Б и сам перемещается на его место и т.д. Заканчивается упражнение каждого игрока ударом по воротам. Упражнение можно выполнять в двух вариантах: а) передача выполняется в одно касание; б) передача выполняется в два касания.

Упражнение 11. Игра в нападении по системе квадрат. Наиболее часто эта система игры в нападении используется при отсутствии прессинга со стороны соперника и при замене вратаря полевым игроком с хорошо поставленным ударом (5+4) в конце тайма (игры). Игрок А1 (заменивший вратаря) медленно продвигается вперед, выполняя передачи мяча поочередно

с игроками В и Б. Таким образом, он выигрывает несколько метров игрового пространства и нападающие получают возможность увеличить площадь своих атакующих действий. Игроки Г и Д должны располагаться в глубине поля, ближе к месту выполнения углового удара, растягивая оборону соперника. В этом случае игрок А1, оценив ситуацию должен выйти на ударную позицию по центру и обязательно нанести удар по воротам. Одновременно с этим один из двух защитников нападающих игроков (В или Б) должен выполнить подстраховку игрока А1, перекрыв за его спиной зону своих ворот.

Если соперник все же не сумеет перекрыть центральную зону и заблокирует выход вперед игрока А1, атакующие могут использовать второй вариант нападения: игрок А1 выполняет передачу мяча на фланг игроку Б, который выполняет передачу мяча игроку Д, и тот, в свою очередь, находясь в углу поля, получает возможность передать мяч под удар набегавшему игроку В1.

Упражнение 12. Подключение двух защитников в атаку. В этом упражнении в каждой команде действует по одному нападающему игроку (2, 3, 4) и по два защитника (1, 5, 6). Среднюю линию игровой площадки имеет право пересекать любой игрок, но только после выполнения им передачи мяча. Вратари могут играть только ногами. В этом упражнении отрабатываются варианты нападения и защиты: 1х2, 2х2, 2х1, 1х1, а также навык у защитников к взаимодействию при подключении в нападение.

Упражнение 13. В этом упражнении в каждой команде все пять игроков (4 полевых и вратарь) участвуют в атакующих действиях (рис.8). Это упражнение служит для обработки игры в большинстве 5х4 при условии своевременного расположения игроков на чужой половине поля. Задача – забить гол в ворота, используя игру всех 5 нападающих. В игре соблюдается следующее условие: отобрав мяч у соперника, новую атаку начинает вратарь.

Методика совершенствования технико-тактических действий юных футболистов, строилась на основе обучения технике игры при помощи

стандартных упражнений и развития функциональных возможностей спортсменов. При этом структура подготовки направлена на получение максимального результата в соревновательной деятельности. Ведущими принципами были: создание эмоционально насыщенных ситуаций, увеличение плотности игры, поощрение нестандартных решений. В качестве регуляторов были выбраны различные ограничительные меры: регламент количества касания мяча, выполнение различных технико-тактических действий в разных зонах и мячами различного цвета, сокращение времени и пространства, введение нескольких мячей и игровых зон.

В ходе педагогического эксперимента нами были использованы стандартные антропометрические измерения роста, веса, окружности грудной клетки (ОГК), а также кистевая динамометрия и спирометрия. Результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1 - Результаты измерений показателей физического развития

Показатели физического развития			Рост см	Вес кг	Окружность грудной клетки, см				Динамометрия кг	
					пауза	вдох	выдох	экскурсия	Правая рука	Левая рука
КГ	начало	X	166,1	73,1	95,5	99,7	92,8	6,9	43,9	39,9
		$\pm\sigma$	5,2	9,7	4,9	5,3	5,2	1,5	5,0	4,7
		m	1,4	2,5	1,3	1,4	1,3	0,4	1,3	1,2
	итог	X	166,5	73,5	95,9	100,5	92,4	8,1	44,4	41,3
		$\pm\sigma$	5,0	8,6	6,5	6,2	6,2	1,2	4,8	6,7
		m	1,3	2,2	1,7	1,6	1,6	0,3	1,3	1,7
	P		0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05
ЭГ	начало	X	169,2	74,9	92,4	97,7	89,7	7,9	45,2	42,2
		$\pm\sigma$	4,3	9,8	8,1	8,1	8,0	1,7	5,1	5,7
		m	1,1	2,5	2,1	2,1	2,1	0,4	1,3	1,3
	итог	X	169,3	74,8	93,7	99,3	90,5	8,8	46,3	42,9
		$\pm\sigma$	4,3	8,6	7,7	8,1	7,7	1,6	5,0	4,8
		m	1,1	2,2	2,0	2,1	2,0	0,4	1,3	1,2

	P	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05
--	---	------	------	------	------	------	------	------	------

Показатели физического развития юношей в двух группах (контрольной и экспериментальной) до начала эксперимента отличались не существенно. Однако было выявлено небольшое превосходство ЭГ по антропометрическим характеристикам. В результате эксперимента критических изменений по весоростовым показателям не было зарегистрировано. Данные роста и массы тела остались практически на прежнем уровне. Динамика развития силовых способностей мышц кисти регистрировалась с помощью кистевого динамометра. В начале эксперимента было обнаружено некоторое превосходство в ЭГ, что затрудняло более существенный прирост показателей в ЭГ в отличие от КГ. Испытуемые ЭГ также показали большие результаты по сравнению с первичными измерениями (правая и левая кисть, соответственно на + 1,1 кг и на + 0,7 кг).

В своей работе мы измеряли показатели физической подготовки различных мышечных групп юных футболистов, прыгучести, так же частоты бега на месте, 300 м, определяли показатели силы, ловкости и гибкости юных футболистов.

Таблица 2 - Изменение показателей силы юных футболистов в процессе педагогического эксперимента

Показатели		КГ	ЭГ
Становая динамометрия (кг)	Прирост	10,1	19,2
	%	15,3	29,9
	P	≤0,05	≤0,05
Сгибатели предплечья (кг)	Прирост	6,0	13,9
	%	30	73,1
	P	≤0,05	≤0,05
Сгибатели голени (кг)	Прирост	3,1	6,8
	%	28,1	56,6
	P	≤0,05	≤0,05
Разгибатели голени (кг)	Прирост	6,4	15
	%	18,1	41,6

	P	≤0,05	≤0,05
--	---	-------	-------

Величины прироста показателей контрольной и экспериментальной групп представлены в таблице 2. Показатели становой динамометрии экспериментальной группы отличался от показателей контрольной, в контрольной группе данный показатель увеличился на 15,3% а экспериментальной 29,9%. Так же заметен прирост в показателях сгибателей предплечья, сгибателей и разгибателей голени (рис.1).

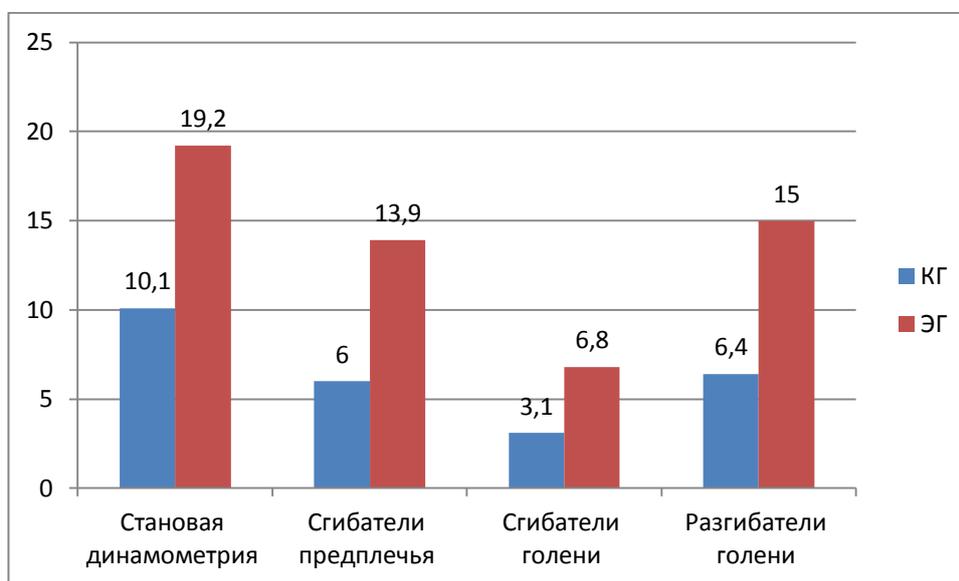


Рисунок 1 - Величина прироста показателей силы юных футболистов в ходе педагогического эксперимента

Для всех видов спортивных игр первостепенное значение имеет развитие силы мышц ног, в том числе и у футболистов. Развитие силы других мышечных групп имеет преимущественное значение для конкретной игры. Развитие специальной силы направлено на увеличение быстроты и точности движений. Произошло увеличение силы всех исследуемых групп мышц. Можно констатировать, что абсолютный прирост силы за время педагогического эксперимента весьма значителен. Величина прироста силы сгибателей заметно превышает показатели силы разгибателей.

Андреев С.М. в своих работах отмечает: «быстрота - одно из ведущих качеств в футболе. Под быстротой понимают способность

человека выполнять движения в минимально короткий отрезок времени. Совершенствование этой стороны быстроты должно идти по пути уменьшения затраты времени на оценку обстановки, принятие решений и их выполнение. Быстрота выполнения движений важна в различных игровых приемах (передачи, удары, броски и т. п.) и передвижении игрока. Развитие быстроты выполнения движений во многом зависит от подготовленности нервно-мышечной системы. При воспитании, например, быстроты необходимо учитывать, что речь идет не только о скорости передвижения по футбольному полю, но и: о быстроте зрительно-двигательной реакции на меняющуюся обстановку игры, быстроте старта из самых различных положений, умении развивать максимальную скорость на коротких отрезках, быстроте ответного действия, быстроте выполнения технических приемов, переключений с одного действия на другое. Для увеличения скорости передвижения футболисту нужна специфическая сила, так называемая динамическая, или взрывная, которая проявляется в быстрых движениях в короткий отрезок времени. Наиболее рациональным средством воспитания силы и быстроты являются различные прыжковые упражнения» [1].

Таблица 3 – Измерение показателей скоростно-силовой подготовки юных футболистов

Показатели		КГ	ЭГ
Прыжок в длину с места (см)	Прирост	14,2	20,8
	%	7,9	11,1
	P	≤0,05	≤0,05
Прыжок вверх (см)	Прирост	8,0	12,2
	%	20,5	29,9
	P	≤0,05	≤0,05
Частота шагов бега на месте за 15 сек (кол-во шагов)		3,6	5,1
	%	15,8	20,4
	P	≤0,05	≤0,05
Бег 30 м (сек)	Прирост	0,35	0,56
	%	6,6	10,5

	P	≤0,05	≤0,05
--	---	-------	-------

Для футболиста большое значение имеет гибкость и ловкость, т. е. умение управлять своими движениями. Совершенствовать специальную физическую подготовленность футболиста необходимо главным образом с помощью упражнений с мячом. Результаты изменений показателей скоростно-силовой подготовки юных футболистов за эксперимент представлены в таблице 3, заметен прирост показателей экспериментальной группы.

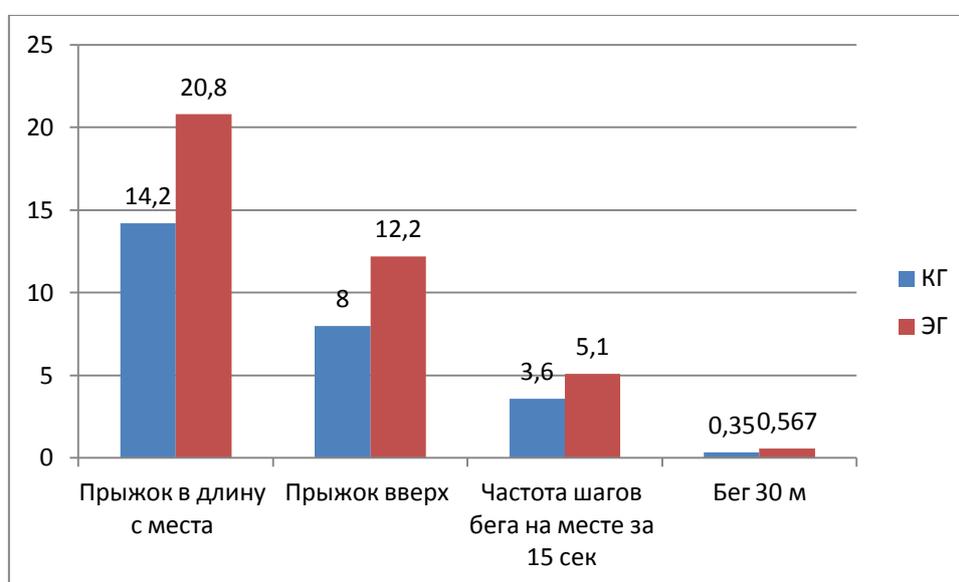


Рисунок 2 – Показатели прироста скоростно-силовой подготовки юных футболистов

В таблице 4 представлены изменения показателей ловкости и гибкости юных футболистов в ходе педагогического эксперимента.

Таблица 4 – Измерение показателей ловкости и гибкости юных футболистов в ходе педагогического эксперимента

Показатели		КГ	ЭГ
Бег 30 м с ведением мяча (сек)	Прирост	0,48	1,06
	%	7,3	16,2
	P	≤0,05	≤0,05
Комбинированный тест на ловкость (сек)	Прирост	3,1	3,3
	%	11,4	12,3

	P	≤0,05	≤0,05
Наклон вперед (см)	Прирост	0,8	1,6
	%	5,8	11,2
	P	≤0,05	≤0,05

В процессе тренировок юных футболистов показатели выносливости достаточно улучшаются, следует заметить, что лучшим образом развиваются не специфические формы проявления выносливости и несколько хуже улучшаются показатели специфической выносливости.

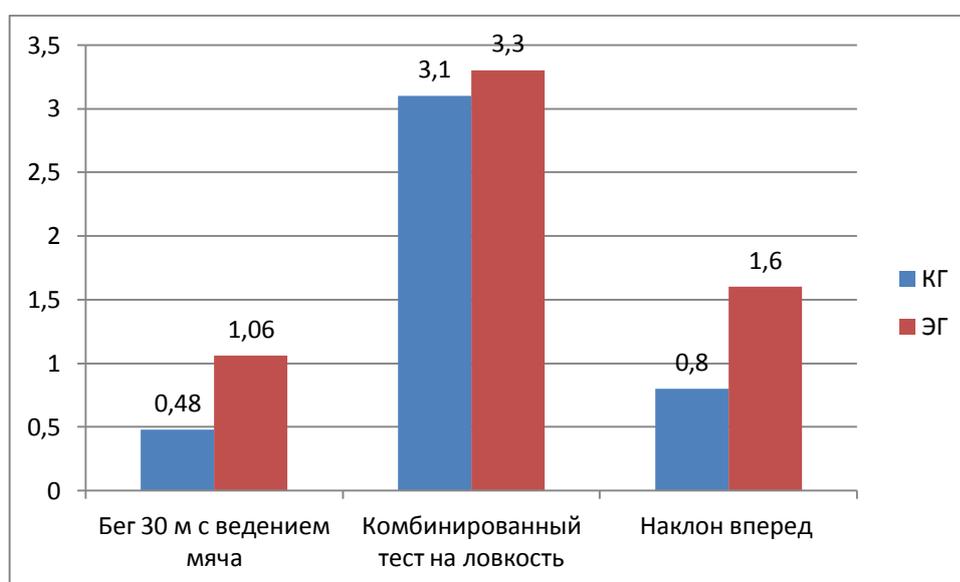


Рисунок 3 – Показатели прироста ловкости и гибкости юных футболистов в ходе педагогического эксперимента

Золотарёв А.П. в своих работах по футболу пишет: «при воспитании выносливости следует учитывать, что игра в футбол отличается ацикличностью. К такой работе и надо готовить футболистов. Большая по объему нагрузка, например, при пробегании десятикилометровой дистанции положительно скажется на развитии общей выносливости, но не даст хорошего результата для воспитания выносливости футболиста. Лучший эффект будет получен с помощью упражнений переменной интенсивности (например, в процессе тренировки футболист пробежит эти 10 км, выполняя на дистанции различные ускорения, рывки, прыжки и другие интенсивные упражнения, максимально приближенные по своему характеру к тем, которые ему

приходится выполнять в игре)» [17].

### 2.3 Результаты технической подготовки юных футболистов в ходе педагогического эксперимента

При изучении показателей технической подготовленности юных футболистов служили элементы игры – удар мяча на дальность и точность, жонглирование мячом и обводка стоек, так же в своей работе мы изучали относительные показатели игровой деятельности юных футболистов – коэффициенты точности, эффективности и активности.

Для проведения товарищеских игр сначала подбирается менее сильный соперник, затем примерно равный и, наконец, более сильный. Цель товарищеских игр - практическая проверка готовности команды в целом и каждого игрока, выявление недостатков, которые особенно проявляются во встречах с равной и более сильной командой. Командные тактические действия в защите организуются с учетом выбранной командой тактической системы игры.

Изучение и совершенствование техники осуществлялись в процессе использования специальных упражнений (отдельные приемы игры) и упражнений, в которых одновременно осуществляются и определенные тактические замыслы. Условия выполнения приемов нужно постоянно менять. Закрепляются изученные приемы в учебных играх и соревнованиях. Тактические задачи в ходе игры решают с помощью игровых приемов, которые являются средством тактики. Оказавшись в какой-то игровой ситуации, игроки прежде всего ищут решение, а затем осуществляют его в форме какого-либо игрового приема.

Изменение показателей технической подготовленности юных футболистов за эксперимент отражены в таблице 5.

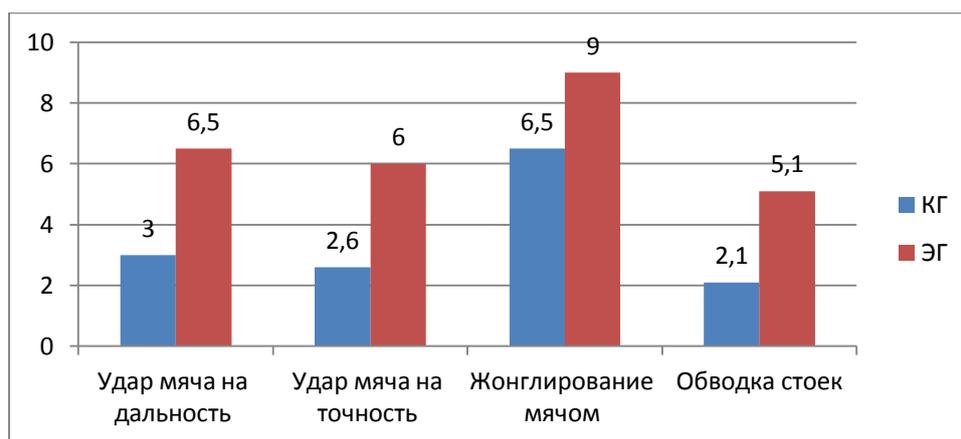


Рисунок 4 - Прирост показателей технической подготовленности юных футболистов за эксперимент

Таблица 5 - Изменение показателей технической подготовленности юных футболистов за эксперимент

Показатели		КГ	ЭГ
Удар мяча на дальность (м)	Прирост	3,0	6,5
	%	16,8	27,0
	P	≤0,05	≤0,05
Удар мяча на точность (кол-во попаданий)	Прирост	2,6	6,0
	%	10,3	16,1
	P	≤0,05	≤0,05
Жонглирование мячом (кол-во раз)	Прирост	6,5	9,0
	%	68,7	90,2
	P	≤0,05	≤0,05
Обводка стоек (сек)	Прирост	2,1	5,1
	%	7,5	14,4
	P	≤0,05	≤0,05

В ходе педагогического эксперимента, дальность полёта мяча от удара достоверно увеличилась в экспериментальной группе на 6,5 (27%), в контрольной на 3,0 (16,8%).

Глядя на динамику изменения коэффициента точности (Кт), большей эффективностью обладает методика обучения экспериментальной группы. Коэффициент эффективности (Кэ) выше наблюдается так же в экспериментальной группе.

Таблица 6 - Изменение показателей игровой деятельности юных футболистов за эксперимент

Показатели		КГ	ЭГ
Коэффициент точности (Кт)	Прирост	0,12	0,17
	%	38,6	40,0
	P	≤0,05	≤0,05
Коэффициент активности (Ка)	Прирост	0,23	0,45
	%	3,2	6,1
	P	≤0,05	≤0,05
Коэффициент эффективности (Кэ)	Прирост	0,11	0,21
	%	4,8	12,3
	P	≤0,05	≤0,05

Об изменении показателей игровой деятельности юных футболистов 12- 13 лет можно судить по данным представленным в таблице 6. В экспериментальной группе юных футболистов 12-13 лет достоверно изменились коэффициенты точности (Кт) и эффективности (Кэ). Причём Кт увеличился значительно на 40%, примерно в три раза меньше прибавки для Кэ изменения на 12,3%. Все это связано с определенной направленностью тренировочного воздействия в экспериментальной группе.

Практические рекомендации:

1. Средства футбола используют на всех этапах физического воспитания, так как данный вид спорта очень популярен и удовлетворяет различным физкультурно-оздоровительным интересам юношей и требованиям образовательной программы в школе. Внутренняя мотивация является побуждающим фактором к действию, с основной целью повысить состояние уверенности и независимости, это связано с потребностями человека добиться успеха. Особенности социализации влияют на развитие мотивации достижения, т.е. социальный мотив.

2. Расширять круг изучения технико-тактических приёмов, формировать умения выполнения изученных приёмов в сложных игровых ситуациях, развивать двигательные способности, необходимых для игры в футболе можно и в процессе учебно-тренировочного процесса. Отработать быстро и точно выполнение приёмов, освоить различные тактические

приёмы, повысить знания для более результативных игр, расширить игровые функции занимающихся это основные задачи технической и тактической подготовки юных футболистов. Обучение и тренировка - это основные процессы подготовки юных футболистов в спортивной секции и на уроке физической культуры по футболу, в которых решаются определённые задачи при взаимосвязи данных процессов. В таких видах подготовки юных футболистов как: физическая, техническая, тактическая и психологическая так же прослеживается взаимосвязь, которая проявляется при обучении занимающихся технике и тактике игры в футбол.

3. Начальный этап подготовки футболистов очень важен, так как на данном этапе юные футболисты учатся правильно наносить удары по подвижному и по движущемуся мячу, учатся его останавливать ногой или стопой, выполняют ведение мяча. Использование различных упражнений с мячом эффективно в учебно-тренировочном процессе футболистов, так как они развивают физические качества, такие как ловкость, гибкость, быстроту, что хорошо отражается на тактических действиях юных футболистов и овладению ими сложных технических приёмов. Индивидуальные и коллективные технико-тактические действия игроков часто оцениваются во время соревновательной деятельности. Важен уровень технической и тактической подготовки юных футболистов, и команды в целом, так как игра командная. Развитие специальной физической и функциональной подготовленности всех игроков команды играет важную роль. Точные передачи и умелые взаимодействия игроков являются показателями успешных соревновательных действий во время игры в футбол.

4. Использование различных упражнений с мячом эффективно в учебно-тренировочном процессе футболистов, так как они развивают физические качества, такие как ловкость, гибкость, быстроту, что хорошо отражается на тактических действиях юных футболистов и

овладению ими сложных технических приёмов. Индивидуальные и коллективные технико-тактические действия игроков часто оцениваются во время соревновательной деятельности. Важен уровень технической и тактической подготовки юных футболистов, и команды в целом, так как игра командная. Развитие специальной физической и функциональной подготовленности всех игроков команды играет важную роль. Точные передачи и умелые взаимодействия игроков являются показателями успешных соревновательных действий во время игры в футбол.

5. Важна роль материально-технической базы для технической подготовки занимающихся – это спортивный инвентарь и спортивные сооружения. Их применение на занятиях положительно сказывается как на уровне технической, так и физической подготовленности занимающихся. Часть такого инвентаря и оборудования школьники могут изготовить сами под руководством педагогов в школьных технических мастерских.

6. Важно организовывать просмотры соревнований команд соперников и игры взрослых футболистов, профессионалов своего дела в качестве теоретических знаний проводить их разбор. Необходимо при просмотрах обращать внимание на тактику ведения игры, выполняемые технические приёмы, способы организаций игр в защите и нападении, а также использование средств, используемых игроками для решения тактических задач. По мере овладения технических приёмов и тактических действий при обучении юных футболистов и приобретения ими теоретических знаний необходимо переходить к взаимодействиям между двумя и более игроками, ставя задачу проводить игру на определенных местах и только потом в движении. Оценка склонностей и возможностей каждого игрока в команде основная для определения места игрока в команде, для этого рекомендуется широкое использование игровых упражнений, с помощью которых развивают тактические качества юных игроков. Проводя различные игровые упражнения с юными футболистами, развивают в первую очередь тактические качества игрока,

отрабатывают взаимопонимание между игроками. Варьировать можно размер площадки, количество участников в зависимости от поставленных задач и уровня подготовленности занимающихся.

Экспериментально обоснованная методика тренировки, состоящая на предложенные игровые упражнения, способствует быстрому и качественному росту технико-тактического мастерства юных футболистов, а также позволяет избирательно воздействовать на определенные составляющие индивидуальной технико-тактической подготовки юных футболистов.

### **Выводы по 2 главе**

1. В опытно-экспериментальной работе использовались традиционные методы исследования: анализ научно-методической литературы, анкетный опрос и беседа, педагогический эксперимент, контрольные испытания (тесты), методы математической статистики.

2. В экспериментальной группе после проведения эксперимента юных футболистов 12-13 лет достоверно изменились коэффициенты точности и эффективности. Причём коэффициент точности увеличился значительно на 40%, примерно в три раза меньше прибавки для коэффициент эффективности изменения на 12,3%. Все это связано с определенной направленностью тренировочного воздействия в экспериментальной группе.

3. Экспериментально обоснованная методика тренировки, состоящая на предложенные в выпускной квалификационной работы игровые упражнения, способствует быстрому и качественному росту технико-тактического мастерства юных футболистов, а также позволяет избирательно воздействовать на определенные составляющие индивидуальной технико-тактической подготовки юных футболистов.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

С юношеского возраста во время тренировок закладываются все данные, необходимые для профессиональной карьеры игрока. До 13 лет в учебно-тренировочном процессе упор делается на развитие быстроты, скоростного потенциала игроков, и особое внимание уделяется развитию мышечного комплекса занимающихся.

Чем выше техника владения мячом и разнообразнее технические действия, тем шире возможности футболистов в осуществлении различного рода тактических планов и комбинаций, используемых в игре для достижения поставленной цели.

Наиболее подходящими средствами являются комплексные упражнения и игры, развивающие стремление бороться за победу, умение выигрывать достойно и достойно проигрывать, придерживаясь, правил, которые определяются в соответствии с поставленными целями и задачами на разных этапах подготовки.

В учебно-тренировочном процессе при обучении юных футболистов важен метод постепенного освоения игровых заданий в условиях матча, это позволяет игрокам научиться решать технико-тактические задачи, демонстрировать умение выполнять главные требования тренера, т.е. быть универсальным в реализации данной поставленной задачи.

Обучение тактической подготовки юных футболистов начинается с первых занятий и продолжается в течение всего времени занятий, используя наглядные пособия. Это могут быть и макеты футбольного поля с передвижными фишками, рисунки, иллюстрирующие различные тактические комбинации игроков, или специальные доски, на которых тренер наносит необходимый чертёж при объяснении, часто в практике используются видеосъемка, которая дает возможность многократного просмотра материала при разборе тактических действий игроков и команды в целом.

С юными футболистами необходимо проводить теоретические занятия по тактике игры в футбол и в первую очередь их необходимо познакомить с правилами игры в футбол. Рассматривая атакующие действия необходимо делать акценты на три стадии данного двигательного действия: это начало атаки, развитие атаки и завершение атаки, при этом стараться раскрыть методы атаки, а они могут быть различными, исходя из возможностей команды, при этом важно учитывать и силы соперников.

В опытно-экспериментальной работе использовались традиционные методы исследования: анализ научно-методической литературы, анкетный опрос и беседа, педагогический эксперимент, контрольные испытания (тесты), методы математической статистики.

Исследование проводилось в три взаимосвязанных этапа.

На первом этапе изучалось состояние проблемы, проводился анализ общей и специальной литературы по теме исследования.

На втором этапе была подвергнута первичной проверке и уточнена гипотеза исследования, определен контингент испытуемых, проведен эксперимент с целью проверки эффективности разработанной методики, беседа и анкетный опрос испытуемых. Проведена экспериментальная проверка выдвинутой гипотезы.

На третьем этапе проанализированы результаты исследования, сформулировано заключение, оформлена выпускная квалификационная работа.

Экспериментально обоснованная методика тренировки, состоящая из предложенных в выпускной квалификационной работе игровых упражнений, способствует быстрому и качественному росту технико-тактического мастерства юных футболистов, а также позволяет избирательно воздействовать на определенные составляющие индивидуальной технико-тактической подготовки юных футболистов.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Андреев, С.Н. Мини-футбол в школе [Текст] / С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев. – М. : Советский спорт, 2016. – 224 с.
2. Бахтина, Т.Н. Физическая культура: учебное пособие [Текст] / Т.Н. Бахтина, И.И. Александров, Н.В. Курова.– СПб. : СПбГЛТУ, 2018. – 128 с.
3. Беженцева, Л.М. Основы методики физического воспитания: учебное пособие [Текст] / Л.М. Беженцева, Л.И. Беженцева.– Томск : ТГУ, 2019.
4. Бишопс, К. Единоборство в футболе [Текст] / К. Бишопс, Х.-. Герард. — М. : Человек, 2017. – 168 с.
5. Бомпа, Т. Периодизация спортивной тренировки [Текст] / Т. Бомпа, К. Буццичелли. – М. : Спорт, 2016. – 384 с.
6. Вайн, Х. Как научиться играть в футбол: Школа технического мастерства для молодых [Текст]. – М. : Человек, 2014. – 244 с.
7. Верхошанский, Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте [Текст]. – М. : Советский спорт, 2018. – 216 с.
8. Виноградов, П.А. О состоянии и тенденциях развития физической культуры и массового спорта в Российской Федерации (по результатам социологических исследований) [Текст] / П.А. Виноградов, Ю.В. Окуньков. – М. : Советский спорт, 2017. – 144 с.
9. Гайворонский, И.В. Основы медицинских знаний (анатомия, физиология, гигиена человека и оказание первой помощи при неотложных состояниях): учебное пособие [Текст] / И.В. Гайворонский, Г.И. Ничипорук, А.И. Гайворонский, С.В. Виноградов.– СПб. : СпецЛит, 2018. – 311 с.
10. Гордон, С.М. Спортивная тренировка : научно-методическое пособие [Текст] – М. : Физическая культура, 2018. – 256 с.

11. Губа, В.П. Методы математической обработки результатов спортивно- педагогических исследований: учебно-методическое пособие [Текст] / В.П. Губа, В.В. Пресняков. – М. : Человек, 2015. – 288 с.
12. Губа, В.П. Научно-практические и методические основы физического воспитания учащейся молодежи [Текст] / В.П. Губа, О.С. Морозов, В.В. Парфененков.– М. : Советский спорт, 2018. – 206 с.
13. Губа, В.П. Теория и методика футбола: учебник [Текст] / В.П. Губа, А.В. Лексаков.– М. : Советский спорт, 2017. – 536 с.
14. Денисова, О.П. Психология и педагогика: учебник [Текст]. – М. : ФЛИНТА, 2016. – 240 с.
15. Донской, Д.Д. Законы движений в спорте. Очерки по теории структурности движений [Текст]. – М. : Советский спорт, 2015. – 178 с.
16. Елагин, А.В. Футбол. Энциклопедия в 3-х томах. Том 2. Е-М. [Текст] / А.В. Елагин, Д.А. Еремин, В.С. Петров, А.В. Савин. – М. : Человек, 2017. – 912 с.
17. Золотарев, А.П. Футбол: методологические основы многолетней подготовки спортивного резерва : научно-метод. пособие [Текст] / А.П. Золотарев, А.В. Лексаков, С.А. Российский. – М. : Физическая культура, 2017. – 160 с.
18. Иваницкий, М.Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии) [Текст]. – М. : Спорт, 2016. – 624 с.
19. Иноземцева, Е.С. Познавательные психические процессы в физическом воспитании и спорте [Текст]. – Томск : ТГУ, 2018. – 75 с.
20. Иорданская, Ф.А. Мониторинг функциональной подготовленности юных спортсменов – резерва спорта высших достижений [Текст].- М. : Советский спорт, 2017. – 142 с.
21. Капилевич, Л.В. Научные исследования в физической культуре : учебное пособие [Текст].– Томск : ТГУ, 2016. – 184 с.

22. Капилевич, Л.В. Физиология спорта: учебное пособие [Текст]. – Томск : ТГУ, 2018. – 192 с.
23. Карпушин, Б.А. Педагогика физической культуры: учебник [Текст]. – М. : Советский спорт, 2017. – 300 с.
24. Кузнецов, А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. 1 этап (8–10 лет) [Текст]. – М. : Человек, 2017. – 112 с.
25. Лапшин, О.Б. Учим играть в футбол. Планы уроков [Текст]. – М. : Человек, 2015. – 256 с.
26. Лемов, Д. От знаний к навыкам. Универсальные правила эффективной тренировки любых умений [Текст] / Д. Лемов, Э. Вулвей, К. Енци. – М. : Манн, Иванов и Фербер, 2017. – 304 с.
27. Макарова, Г.А. Медицинское обеспечение детского и юношеского спорта [Текст] / Г.А. Макарова, Л.А. Никулин, В.А. Шашель. – М. : Советский спорт, 2019. – 272 с.
28. Марина, И.В. Самоподготовка по физической культуре: учебное пособие [Текст]. – Вологда : ВоГУ, 2017. – 111 с.
29. Михайлова, Т.В. Социально-педагогические основы деятельности тренера : монография [Текст]. – М. : Физическая культура, 2019. – 288 с.
30. Михно, Л.В. Физиология спорта: Медико-биологические основы подготовки юных футболистов: учебное пособие [Текст] / Л.В. Михно, А.Н. Поликарпочкин, И.В. Левшин, С.М. Ашкинази. – М. : Спорт, 2016. – 168 с.
31. Мутко, В.Л. Мини-футбол – игра для всех [Текст] / В.Л. Мутко, С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев. – М. : Советский спорт, 2018. – 264 с.
32. Мельников, П.П. Физическая культура и здоровый образ жизни студента (для бакалавров) [Текст] / П.П. Мельников. - М.: КноРус, 2013. - 240 с.
33. Муллер, А.Б. Физическая культура: Учебник и практикум для СПО [Текст] / А.Б. Муллер, Н.С. Дядичкина, Ю.А. Богащенко. - Люберцы: Юрайт, 2018. - 424 с.

34. Пензулаева, Л. Физическая культура в детском саду. 5-блет. Старшая группа [Текст] / Л. Пензулаева. - М.: Мозаика-Синтез, 2021. - 128 с.
35. Передельский, А.А. Физическая культура и спорт в муниципальном образовании: Монография [Текст] / А.А. Передельский. - М.: Физ. культура, 2018. - 128 с.
36. Петрова, В.И. Профессионально-оздоровительная физическая культура студента (для бакалавров) [Текст] / В.И. Петрова, А.Ю. Петров, А.Н. Сорокин. - М.: КноРус, 2018. - 304 с.
37. Попов, С.Н. Лечебная физическая культура: Учебник [Текст] / С.Н. Попов. - М.: Academia, 2019. - 96 с.
38. Попов, С.Н. Лечебная физическая культура: Учебник [Текст] / С.Н. Попов. - М.: Академия, 2019. - 320 с.
39. Пономарев, В.В. Формирование мотивации занятия спортом школьников: теоретические и практические аспекты [Текст] / В.В. Пономарев, А.В. Уколов, С.К. Рябинина.– Красноярск : СибГТУ, 2017. – 160 с.
40. Попов, А.Л. Спортивная психология [Текст]. – М. : ФЛИНТА, 2016. – 159 с.
41. Порядок организации оказания медицинской помощи занимающимся физической культурой и спортом [Текст]. – М. : Спорт, 2017. – 108 с.
42. Психология физической культуры: учебник [Текст].– М. : Спорт, 2016. – 624 с.
43. Секерин, В.Д. Физическая культура (для бакалавров) [Текст] / В.Д. Секерин. - М.: КноРус, 2018. - 424 с.
44. Серова, Л.К. Профессиональный отбор в спорте [Текст].– М. : Человек, 2018. – 160 с.
45. Смирнова, Н.Г. Педагогика [Текст]. – Кемерово : КемГИК, 2015. – 84 с.

46. Столяров, В.И. Современные проблемы наук о физической культуре и спорте. Философия спорта: учебник [Текст] / В.И. Столяров, А.А. Передельский, М.М. Башаева. – М. : Советский спорт, 2015. – 464 с.
47. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта футбол [Текст] – М. : Советский спорт, 2014. – 23 с.
48. Федюкович, Н.И. Анатомия и физиология человека : учебник [Текст] / Н.И. Федюкович, И.К. Гайнутдинов.– Ростов-на-Дону : Феникс, 2018. – 510 с.
49. Чесноков, Н.Н. Олимпиада по предмету «физическая культура» [Текст] / Н.Н. Чесноков, В.В. Кузин. - М.: Советский спорт, 2019. - 112 с.
50. Чурекова, Т.М. Общие основы педагогики [Текст] / Т.М. Чурекова, И.В. Гравова, Ж.С. Максимова.– Кемерово : КемГУ, 2017. – 165 с.
51. Яковлева, Л.А. Анатомия и физиология человека: учеб. Пособие [Текст] / Л.А. Яковлева, Е.Ю. Шпаковская.– М. : ФЛИНТА, 2015. – 40 с.