



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЮУрГПУ»)

ВЫСШАЯ ШКОЛА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА  
КАФЕДРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
И МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН

Методика технико-тактической подготовки юных футболистов

Выпускная квалификационная работа по направлению  
44.03.01 Педагогическое образование  
Направленность программы бакалавриата:  
Физическая культура  
Форма обучения: заочная

Проверка на объем заимствований:  
60,28 % авторского текста  
Работа рекомендована к защите  
Рекомендована/не рекомендована  
« 30 » 06 2022 г.  
Зав.кафедрой З.И. Томасева



Выполнил:  
Студент группы ЗФ-514-106-5-2  
Хромушкин Максим Сергеевич

Научный руководитель:  
к.п.н., доцент  
Гладкая Елена Сергеевна

Челябинск  
2022

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ .....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ .....	8
1.1 Теоретические основы технико-тактической подготовки юных футболистов .....	8
1.2 Методологические основы технико-тактической подготовки юных футболистов .....	16
1.3 Средства и методы совершенствования технико-тактической подготовки юных футболистов.....	23
Выводы по первой главе .....	28
Глава 2. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ... ..	31
2.1 Организация опытно-экспериментальной работы.....	31
2.2 Экспериментальная методика технико-тактической подготовки юных футболистов .....	33
2.3 Результаты опытно-экспериментальной работы .....	40
2.4 Рекомендации для тренеров-педагогов по технико-тактической подготовке юных футболистов .....	44
Выводы по второй главе .....	46
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	48
СПИСКО ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ .....	52

## ВВЕДЕНИЕ

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.

Актуальность нашей работы обосновывается и потребностью привлечения подростков и детей к систематически регулярным занятиям спортом и физической культурой, усложнениям и усилением образовательной направленности уроков физической культуры в школе. Так же необходимо изменять содержание и формы физкультурного образования, превращать его в действенную меру формирования личности и укрепления здоровья. Об этом нам говорят требования Государственного образовательного стандарта.

Многие аспекты и темы, касающиеся спортивной подготовки юных футболистов, уже были рассмотрены в работах многих специалистов. Но в уже существующих работах затрагиваются лишь некоторые аспекты совершенствования технико-тактической подготовки. Такие как, защита и атака, величина и параметры физических нагрузок в футболе, классификация упражнений и взаимосвязь физической, тактической подготовки футболистов. Большая часть исследований направлено непосредственно на реализацию функциональной подготовленности футболистов, но в ущерб технико-тактическому компоненту. Также стоит отметить, что поиск новых подходов к спортивной подготовке опирается на необходимость повышения эффективности спортивной деятельности. При этом безусловно актуально встаёт вопрос о разработки методов и новых средств технико-тактической подготовки юных футболистов.

Современный этап развития футбола, как и других спортивных игр, претерпевает ряд серьезных трудностей. И если объективные закономерности этого процесса связывают в первую очередь с экономическими и организационными факторами, то субъективные следует искать в области научно-методического обеспечения.

Именно поэтому прогресс в спорте специалисты связывают прежде всего с дальнейшим повышением эффективности спортивной тренировки как основной составляющей подготовки в целом. При этом отмечается, что повышение качества подготовки юных спортсменов и в первую очередь, ее содержательного компонента – наиболее острая проблема отечественной школы спорта на современном этапе развития (Л.Р. Айрапетянц, М.А. Годик, В.К. Бальсевич, В.Я. Игнатъева, К.Д. Чермит, М.М. Эбзеев и др.).

Для решения разнообразных тактических задач необходимо в совершенстве владеть всем спектром технических приемов [5, с. 59]. Результаты исследований особенностей технико-тактических действий (ТТД) игроков в соревнованиях свидетельствуют о том, что юные футболисты в сложных условиях выполнять разнообразные технические приемы точно и быстро не могут. Это является следствием несоответствия между трениро-

вочной и соревновательной деятельностью юных футболистов (А.П. Золотарев, А.И. Шамардин). На эффективность и результативность соревновательной деятельности юных спортсменов влияет и сформированность исполнительской деятельности [3, с. 25].

Наблюдается заметный рост в современном футболе интенсификации игровых действий. Она непосредственно проявляется в возрастании напряженности борьбы в игровых эпизодах и в сокращении до минимума пассивных фаз в действиях каждого юного футболиста. Бесспорно, при данном приеме до максимума увеличиваются активные фазы игры, разнообразие форм атакующих действий и активных форм защиты, а также безусловно возрастает количество ударов по воротам соперников. Данная тенденция обусловлена самой спецификой футбола, с каждым днем предъявляющей все более высокие требования к технико-тактической подготовленности футболистов.

Все вышесказанное определяет актуальность, теоретическую и практическую значимость выбранной нами темы исследования: «Методика технико-тактической подготовки юных футболистов».

**Цель исследования** - разработать и экспериментально проверить методику технико-тактической подготовки юных футболистов.

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

**Предмет исследования** - методика технико-тактической подготовки юных футболистов.

**Гипотеза исследования:** технико-тактическая подготовка юных футболистов будет эффективной если будет: разработана и обоснована методика технико-тактической подготовки юных футболистов.

Для реализации цели и проверки гипотезы исследования были поставлены следующие **задачи:**

1. Изучить теоретические основы технико-тактической подготовки юных футболистов.

2. Определить средства и методы технико-тактической подготовки юных футболистов.
3. Разработать и апробировать экспериментальную методику технико-тактической подготовки юных футболистов.
4. Разработать практические рекомендации по реализации экспериментальной методики.

**Для решения поставленных задач были использованы следующие методы исследования:**

- 1) Теоретические методы: изучение научной литературы по исследуемой проблеме и документов с целью конкретизации основных теоретических и методических положений, анализ, обобщение и интерпретация результатов экспериментального исследования;
- 2) Эмпирические методы: сбор научных фактов, психолого-педагогическое наблюдение, метод экспертных оценок, диагностика физических качеств футболистов;
- 3) Социологические методы: тестирование с целью выявления эффективности разработанной методики;
- 4) Статистические методы.

**Теоретико-методологической основой исследования** явились труды таких авторов, как: Андреев С.Н., Андружейчик М.Я., Золотарёв А.П., Кашкаров В.А., Лаптев А.П., Петухов А.В., Полишкис М.С., Сучилин А.А. и многие др.

Исследование состояло из четырех взаимосвязанных этапов.

На первом этапе (сентябрь–октябрь 2021 г.) осуществлялось теоретическое осмысление проблемы, научной литературы и документов с целью конкретизации основных теоретических и методических положений; проводили наблюдение, опрос и тестирование юных футболистов, на основе которых разработали гипотезу исследования проблемы развития скоростно-силовых качеств на тренировочном этапе.

На втором (октябрь 2021 г. - февраль 2022 г.) проведение педагогического эксперимента, выявление причинно-следственных связей между ре-

зультатами исследования и его существенными факторами, анализ и интерпретация результатов экспериментального исследования

На третьем (январь – февраль 2022 г.), заключительном этапе обобщались результаты исследования, формулировались научные выводы, разрабатывались методические рекомендации по применению экспериментальной методики.

База исследования - ДЮСК «Надежда» г.Екатеринбург.

**Научная новизна и теоретическая значимость** исследования заключается в том, что:

- совершенствовалась методика технико-тактической подготовки футболистов;
- разработаны рекомендации по использованию методики развития технико-тактических качеств футболистов.

**Достоверность и обоснованность** положений и выводов исследования обеспечивается:

- согласованностью с фундаментальными положениями философии, педагогики;
- комплексной методикой проведённого эксперимента, соответствующей цели, задачам и логике исследования;
- анализом и синтезом фактического материала, полученного в ходе исследования;
- подтверждением основных положений и результатов исследования.

Квалификационная работа состоит из: введения, двух глав, заключения, списка литературы. Объем квалификационной работы составляет – 57 страницы, с учетом библиографии. Квалификационная работа содержит 4 таблицы, 11 рисунков. Список литературы включает 69 источников.

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

## 1.1 Теоретические основы технико-тактической подготовки юных футболистов

В современной теории спортивной тренировки техническая подготовленность характеризуется степенью освоения спортсменом системы движений, соответствующей особенностям данного вида спорта и обеспечивающей достижение высоких спортивных результатов. Известно, что техническую подготовленность нельзя рассматривать изолировано, а следует представлять как составляющую единого целого, в котором технические решения тесно связаны с физическими, психическими, интеллектуальными, тактическими возможностями спортсмена, а также конкретными условиями внешней среды, в которой выполняется спортивное действие. [5, с. 57]

Под тактической подготовленностью в теории и практике спортивной тренировки понимается умение спортсмена грамотно построить ход соревновательной борьбы, учитывая при этом специфику вида спорта и свои индивидуальные особенности, возможности соперников и создавшиеся внешние условия. Среди основных направлений тактического совершенствования принято выделять:

- 1) изучение сущности основных теоретико-методических положений спортивной тактики;
- 2) овладение основными элементами, приемами, вариантами тактических действий;
- 3) совершенствование тактического мышления;
- 4) изучение информации, необходимой для практической реализации тактической подготовленности;



##### 5) практическая реализация тактической подготовленности.

При этом в современной теории спортивных игр в качестве важнейшей задачи выделяют формирование у спортсменов когнитивной модели. Практическая реализация оптимального варианта тактической подготовленности во многом зависит от эффективности всей системы подготовки, развития физических качеств, совершенствования технической, тактической и психологической подготовленности. [5. с.14]

Под соревновательным действием принято понимать процесс выполнения спортсменом однократного целостного соревновательного упражнения, эффективность которого выражена конечным результатом. В спортивных играх, в том числе в футболе, под соревновательным действием подразумевается технико-тактическое действие как средство ведения игры.

Общепризнанным является факт, что современный футбол во многом изменил функции игроков, а соответственно и требования к спортсменам и уровню их подготовленности. Однако по-прежнему основой спортивного мастерства футболистов является тактическая и техническая подготовленность, уровень которой во многом определяет результативность и зрелищность игры.

Опыт крупных международных турниров последних лет (Чемпионаты Мира, Европы, континентальные Кубки клубных команд) свидетельствует о низком качестве тактического и технического мастерства наших спортсменов в условиях повышения интенсивности игры и ужесточившихся единоборств за мяч. Подтверждением тому, зачастую, является неумение обыграть соперника в ситуации «один против одного», что выступает в качестве обязательного требования в таких спортивных играх, как, например, баскетбол, гандбол, хоккей. [5. с.15]

Характерно, что подобное положение специалисты отмечают при равном, а зачастую, и превышающем показатели ведущих команд мира, суммарном объеме технико-тактических действий, то есть двигательная активность наших спортсменов находится на оптимальном уровне при неадекватном уровне исполнительского мастерства.

Одна из причин такого положения кроется в недостаточно высоком уровне процесса обучения и тренировки в спортивных школах, просчетах в методике тактической подготовки, в отсутствии у определенной части тренеров творческого отношения к работе с детьми и юношами, а также в устаревшей программно-нормативной базе, регламентирующей технико-тактическую подготовку юных футболистов в возрастном аспекте.

В современном футболе возрастает интенсивность игры, что требует от футболиста, прежде всего, умения быстро и эффективно выполнять тактические приемы в условиях неожиданно изменяющейся обстановки, лимита времени и пространства.

Команда, желающая в настоящее время добиться успехов, должна играть быстро, то есть должна располагать такими игроками, которые владеют рациональной тактикой и сочетают ее с быстротой передвижения. В этой связи некоторые специалисты футбола используют термин «скоростная техника».

Борьба между нападением и защитой может быть решена в пользу нападения только с помощью отточенных тактических приемов, основой которой являются финты, дриблинг (ведение) и скрытые передачи.

По мнению отечественных и зарубежных специалистов при массовой защите могут быть созданы голевые положения только с помощью рациональной, быстрой и точной обработки мяча. В таких условиях, как правило, лишь с помощью уверенной обводки двух-трех соперников игрок с мячом или его партнеры могут выйти на ударную позицию. [12. с.14]

Это, однако, доступно лишь футболистам, обладающим необычайно высоким индивидуальным мастерством, и особенно в финтах, обводке.

Действия современного футболиста в игре должны быть надежны, быстры и целесообразны. Поэтому технико-тактическая подготовка должна быть представлена как логическая цепочка многолетнего процесса, который содержит свои конкретные цели, задачи на каждом этапе подготовки. Отмечаемое отставание в усвоении игровых приемов на этапе начального обучения отрицательно влияет на дальнейшую подготовку футболистов.

Технико-тактическая подготовка в спортивных играх не может быть случайной совокупностью различных тренировочных средств. Важно выбрать те из них, которые имеют необходимое положительное воздействие на успешное овладение техникой и тактикой игры на каждом из этапов многолетней подготовки.

В последние годы при совершенствовании структуры и содержания многолетней подготовки спортивного резерва в футболе все шире используется системный подход. Он продиктован необходимостью решить назревшую проблему тактической подготовки и создания управляемого с помощью определенной методики процесса обучения.

Как известно, технико-тактическое мастерство характеризуется объемом и разносторонностью технических приемов, которыми владеет футболист, а также умением эффективно применять эти приемы в условиях игры. Поскольку в спортивных играх средством ведения игры являются технико-тактические действия, считается целесообразным наряду с обучением технике и ее совершенствованием изучать тактику. Таким образом, технико-тактическая подготовка в многолетней тренировке спортсменов-игровиков должна рассматриваться как целостный процесс. [25, с.34]

В последнее время специалистами постоянно подчеркивается, что повышение уровня мастерства отечественных футболистов должно быть связано с непрерывным улучшением качества подготовки резервов.

Известно, что весь учебно-тренировочный процесс в ДЮСШ направлен на подготовку квалифицированных футболистов. Он строится на основе программного материала и режима работы спортивных школ. Чтобы решить стоящие перед школой задачи наиболее успешно, необходимо программировать учебно-тренировочный процесс по таким критериям, которые обеспечили бы разносторонность подготовленности юных футболистов.

Не менее важно в подготовке юных спортсменов повышение эффективности работы над овладением тактикой игры и над совершенствованием навыков выполнения широкого «ассортимента» технико-тактических приемов в вариативных условиях, близких к игровым.

В.В. Лобановский, А.И. Шамардин и С.М. Яровой отмечают, что при сопоставлении показателей точности ТТД (техничко-тактической деятельности) юных футболистов и игроков, выступающих за профессиональные команды, видна отрицательная преемственность: приемы, которые выполняются с высоким процентом брака в детском возрасте, продолжают оставаться таковыми и в пору спортивной зрелости.

Недостаточно высокий уровень технико-тактической подготовленности связывают с проблемами учебно-тренировочного процесса в детском и юношеском возрасте.

Успешность подготовки в теории и методике спортивной тренировки связывают со своевременным (адекватным возрасту) и даже перспективным (опережающим) овладением основами рациональной техники движений уже на начальных этапах подготовки. При этом в качестве одного из основных факторов эффективности этого процесса выделяют оптимальную последовательность освоения отдельных тактических приемов.

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» [10, с. 25].

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 учебно-тренировочном 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 ограничиться 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 реали-

зовывать 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» [14, с. 34].

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» [5, с. 26 ]. 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. Так, например, Варюшин В.В. пишет: «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, с. 27 ]. 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» [11, с. 15 ].

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» [15, с. 41].

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 Методологические основы технико-тактической подготовки юных футболистов

Характерной особенностью развития отечественного футбола последнего десятилетия является прогрессирующая тенденция снижения уровня спортивных достижений национальной и олимпийской сборных, а также клубных команд в официальных международных соревнованиях. На этом фоне не может не настораживать устойчивое отсутствие ощутимых успехов юношеских команд разного возраста.

В этой связи очевидной становится необходимость дальнейшего поиска новых путей повышения эффективности подготовки качественного спортивного резерва, что отмечается специалистами как наиболее острая проблема отечественной школы футбола на современном этапе развития.

Как показывает опыт других видов спорта для более качественного обучения элементам тактики необходим новый методический принцип, основой которого является системный подход, получающий в настоящее время все большее распространение в спорте как методологическое направление в изучении объектов и процессов [18, с. 64].

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

Общепринятым считается факт, что важнейшей особенностью достижения спортивного результата является ступенчатый и множественный характер. Поэтому реализация этого достижения осуществляется в процессе тактической подготовки, под которой принято понимать воздействия, направленные на объединение, координацию и реализацию в условиях СД



различных сторон подготовленности, качеств и способностей, обуславливающих уровень спортивного мастерства.

Одной из важных проблем в этом плане является сочетание в учебно-тренировочном процессе аналитического и синтезирующего компонентов. Первый из них предполагает целенаправленную работу над совершенствованием отдельных качеств или сторон подготовленности, второй - обеспечение взаимодействия комплексных проявлений всех сторон подготовленности в СД. В этой связи главная задача тактической подготовки - обеспечение слаженности и эффективности комплексного проявления многообразия составляющих, в совокупности определяющих успешность СД. Последняя, в свою очередь, в игровых видах спорта является тактической характеристикой спортивного мастерства.

В связи с вышеизложенным представляется правомерным рассмотреть сущность тактической подготовки юных футболистов на основе принципа детерминированности содержания учебно-тренировочного процесса спецификой соревновательной деятельности [21, с. 67].

Таким образом, в наиболее общем варианте можно представить технологию построения тактической подготовки юных футболистов в виде принципиальной схемы, приведенной на рисунке 2.

Обязательным компонентом в предлагаемой схеме является контроль за СД, на основе данных которого осуществляется коррекция содержания подготовки, что повышает ее эффективность и, в конечном счете, должно работать на спортивный результат.



Рисунок 1 – Построение тактической подготовки в детско-юношеском футболе.

Соревновательная разносторонность как техники, так и тактики игры превышает по объему аналогичные показатели в условиях тренировки в среднем на 10 % у юных футболистов 12-13 лет, на 20 % - у 14-15-летних и на 25 % у 16-17-летних спортсменов. Как видим, начиная с 14 лет, эта тенденция возрастает. Дисбаланс разносторонности тактики атакующих и оборонительных действий юных футболистов выглядит по рассматриваемым возрастам в усредненных показателях следующим образом: 4,11 и 25 %.

При целенаправленном подборе средств тактической подготовки юных футболистов я исходил, во-первых, из методических принципов, сформулированных А.П.Золотаревым, во-вторых, учитывал как традиционные, так и новые средства, рекомендуемые научно-методической литературой последних лет.

Таблица 1 – Примерное распределение объемов разносторонности тактики игры юных футболистов в тактической подготовке (%)

№№ п.п.	Возраст (лет)	Общая	Атака	Оборона
1.	12-13	65	65	60
2.	14-15	80	80	75
3.	16-17	90	95	90

Существует мнение что, содержание тактической подготовки юных футболистов 14-15 лет должно отличаться от других возрастных групп. Ввиду того, что темпы прироста уровня специфических координационных способностей в этот период значительно замедляются и даже возможно снижение показателей относительно предыдущей возрастной группы, данный этап тренировки целесообразно посвятить в большей степени собственно тактической подготовке, не ставя целью существенное повышение уровня техники владения мячом. Однако преобладание тактического компонента в тактической подготовке будет здесь вполне оправданным, поскольку на этом возрастном отрезке объем знаний и умений в тактике значительно возрастает. Ведь согласно программным требованиям в этом возрасте интенсифицируется спортивная специализация по игровому амплуа, что наряду с индивидуальной тактикой требует большого объема работы над групповыми тактическими взаимодействиями.

Основу содержания подготовки должны составлять «связки» ТТД. Для этого учебные игры проводятся не только на площадках уменьшенных размеров, но и на стандартных полях. Можно рекомендовать следующие типовые «связки», использованные тренерами детских школ в качестве специализированных средств тренировки в педагогическом эксперименте:

1) для нападающих - ведение мяча, индивидуальный обыгрыш соперника, удар в ворота; обработка мяча с уходом, поворот на 180°, ведение, финт, игра «в стенку», удар в ворота; единоборство вверху, игра головой или удар в ворота головой; выход на передачу с фланга, удар по катящемуся или летящему мячу.

2) для игроков средней линии - преследование соперника, отбор мяча, ведение с обводкой. Игра «в стенку», передача или удар в ворота; обработка мяча в движении с уходом, ведение. Финт, длинная передача мяча; «забегание» по флангу, обработка мяча после передачи партнера «на ход», ведение, прострельная передача с фланга;

3) для защитников - обычный бег с ускорением, бег спиной вперед, отбор мяча, перехват или единоборство за мяч, ведение, передача; бег спиной вперед, игра головой в прыжке; после срыва атаки соперника выбор позиции (открывание), получение мяча от вратаря, ведение, игра «в стенку», обводка, прострельная передача или удар в ворота;

При выполнении «связок» ТТД сопротивление соперника должно быть, в основном, пассивным, за исключением заданий с целенаправленными оборонительными действиями.

В тактической подготовке юных футболистов 12-14 лет особое внимание следует уделять чередованию фаз игры при переходе от атаки к обороне и наоборот. После срыва собственных атакующих действий необходимо добиваться от игроков быстрого возвращения на свою исходную по амплуа позицию, «закрывания» зоны поля или конкретного соперника. После срыва атаки соперника - быстро оценить ситуацию и выбрать позицию, удобную для получения мяча и начала организации атакующих действий своей команды.

Тактическая подготовка футболистов 12-14 лет должна быть подчинена достижению максимально возможного единства технико-тактической и физической подготовленности. В связи тем, что возраст 14 лет рекомендуется рассматривать как «критический» в плане становления тактического мастерства в многолетней подготовке юных футболистов, к этому возрасту спортсмен должен освоить весь арсенал ТТД и уметь выполнять их в достаточно сложных условиях. Наряду с совершенствованием атакующих действий особое внимание необходимо уделять игре в обороне. Наивысший в этом возрасте уровень специфических координационных способностей позволяет значительно усложнить содержание «связок» ТТД. Основное мето-

дическое требование - рациональное и эффективное выполнение действий с мячом в условиях активного сопротивления соперника. При этом все тактические задания должны быть максимально приближены к соревновательной деятельности. Возросшее значение приобретает специализация по игровым амплуа, типовыми «связками» для игроков которых могут быть следующие:

1) для крайних защитников и крайних полузащитников - бег спиной вперед, отбор мяча, короткая передача, «открывание»; преследование соперника, владеющего мячом, отбор в подкате или перехват мяча в падении; обработка летящего мяча с уходом, ведение, финт, игра «в стенку», удар в ворота; вбрасывание мяча из-за боковой линии, обработка ответной передачи партнера, длинное скоростное ведение по флангу, прострельная передача, возвращение на исходную позицию;

2) для центральных защитников - бег спиной вперед, единоборство за мяч внизу или вверху, игра головой; преследование соперника, отбор мяча в подкате или перехват в падении, длинная передача мяча; кувырок вперед или назад, ускорение, обработка летящего мяча с уходом, длинная передача;

3) для центральных полузащитников - обычный бег и бег спиной вперед с изменением направления и скорости передвижения (типа «зигзаг»), обработка катящегося или летящего мяча с уходом, ведение, обводка, передача мяча; обработка, игра «в стенку», ведение, финт, удар в ворота; единоборство за мяч внизу, преследование соперника. Отбор мяча в подкате или перехват в падении; ускорение, удар по летящему или катящемуся мячу ногой или головой;

4) для нападающих - рывок или ускорение в сторону, обработка летящего мяча с уходом, поворот на 180°, удар в ворота; обработка мяча, поворот. Ведение, финт, удар в ворота; рывок на фланговую передачу, удар по летящему или катящемуся мячу головой или ногой; то же, но с предварительной обработкой мяча после сильной передачи одним-двумя касаниями; единоборство вверху, стоя спиной к воротам соперника; преследование соперника, отбор мяча в подкате или перехват в падении.

В тактической подготовке юных футболистов важное значение приобретает реализация так называемых стандартных положений. Кроме этого, уровень тактической подготовленности юных футболистов этого возраста должен предполагать как обязательное требование умение, независимо от игрового амплуа, индивидуально обыграть соперника посредством обманных движений или скоростной обводки.

Существенное место в тренировке на этом этапе подготовки должны занимать упражнения, направленные на решение групповых и командных тактических задач. В этой связи рекомендуется широко использовать такие традиционные средства, как атака с собственным численным превосходством игроков (2х1, 3х2, 4х2) и оборона в численном меньшинстве (1х2, 2х3, 2х4).

С позиций показателей разносторонности ТТД в подготовке футболистов на данном этапе необходимо обязательно учитывать следующие особенности. Как говорилось выше, начиная с 14-15-летнего возраста, у юных футболистов отмечается возрастающая тенденция преобладания соревновательного объема разносторонности ТТД над тренировочным в пределах 20%. Такой «разрыв» в показателях свидетельствует об определенных резервах, кроющихся в традиционном построении учебно-тренировочного процесса, в плане повышения его эффективности. Об этом свидетельствует и разница в показателях разносторонности тактики атакующих и оборонительных действий, составляющая около 11 %.

Данное положение еще раз подтверждает необходимость использования в тактической подготовке спортсменов данной возрастной группы значительного объема специализированных средств тренировки в условиях, максимально приближенных к соревновательным. При этом очень важным моментом должно стать обязательное соблюдение баланса атакующих и оборонительных действий.

Как отмечалось выше, к 14-летнему возрасту футболист должен в полном объеме овладеть рациональной техникой игры. В противном случае

возможности эффективного роста тактического мастерства в дальнейшем могут быть в этом плане значительно ограниченными.

В этой связи тактическая подготовка юных футболистов 12-14 лет должна строиться с обязательным учетом принципа «единства техники и тактики». На данном этапе многолетней подготовки на основе эффективной индивидуальной тактики должны быть созданы предпосылки для успешности групповых и командных взаимодействий на достаточно высоком уровне.

С учетом существенно возрастающего в этот период влияния на эффективность соревновательной деятельности показателей всех видов разносторонности тактики, в подготовке футболистов 12-14 лет необходимо широко использовать игровые упражнения, требующие комплексного проявления специфических координационных способностей в действиях с мячом. При этом специализированные задания должны выполняться в условиях обязательного принятия решения в быстро изменяющихся ситуациях. Основным критерием оценки адекватности технико-тактического действия должна быть его целесообразность.

### 1.3 Средства и методы совершенствования технико-тактической подготовки юных футболистов

Технико-тактическая подготовка предполагает изучение индивидуальных, групповых и командных действий в нападении и защите. На начальных этапах подготовки обучение тактике ведется в основном через подвижные игры и игровые упражнения.

На последующих этапах тактическая подготовленность совершенствуется преимущественно в игровых упражнениях, спортивных играх, тренировочных и календарных матчах [28, с. 87].

Для обучения тактике используются следующие средства и методы:

1. Теоретические занятия с объяснением и разбором на макете футбольного поля тактических построений с указанием функций каждого игрока и их взаимодействий.

2. Разучивание тактических взаимодействий при различных построениях в ходе тренировок.

3. Отработку взаимодействий футболистов в различных числовых сочетаниях в облегченных условиях, т. е. без сопротивления соперника.

4. Освоение взаимодействий игроков в различных числовых сочетаниях при пассивном противоборстве, а затем и при активном противоборстве соперников (2X1, 3X1, 3X2, 1X1 и др.).

5. Совершенствование взаимодействия игроков в обороне при различном соотношении обороняющихся и атакующих игроков (1X1, 1X2, 1X3, 2X3 и др.).

6. Тренировочные игры с остановками и детальным разбором правильных и ошибочных действий.

7. Товарищеские матчи с последующим разбором видеозаписи и анализом педагогических наблюдений.

8. Календарные игры (в 8—10 лет — 5—10 игр; в 10—12 лет — 15—20 игр; в 12—14 лет — 25—35 игр; в 14—16 лет — 35—45 игр; в 17—18 лет — 50—70 игр).

Для этих целей обычно используется поточная, круговая и игровая форма организации занятий. Во время технико-тактических занятий необходимо стараться формировать у юных футболистов в единые критерии оценки игровых ситуаций, а также способствовать созданию вариативных навыков действий и взаимодействий [13, с. 42].

Тактика должна постоянно совершенствоваться с учетом индивидуальных особенностей игроков, повышения их уровня физических кондиций, технического мастерства, приобретения бойцовских качеств. Чем больше юный хоккеист будет смотреть матчи по хоккею старших товарищей, другие спортивные игры, читать и анализировать специальную литературу, тем богаче у него будет тактический арсенал.



При совместном с тренером просмотре матчей необходимо целенаправленно изучать действия игроков и обращать их внимание на временную и пространственную согласованность действий игроков как в атаке, так и в обороне.

На наш взгляд, обучение и совершенствование тактических действий лучше проводить в изложенной ранее последовательности.

На начальном этапе обучения (8—10 лет) изучаются в основном индивидуальные тактические действия, в возрасте 10—12 лет — групповые взаимодействия. В возрасте 12—14 лет обучение командной тактике игры должно быть в меру ограничено, по-прежнему совершенствуется главным образом индивидуальная и групповая тактика, в общих чертах изучаются основы командной тактики [37, с. 28].

Методика тренировок должна составляться таким образом, чтобы каждое задание, отработанное индивидуально, выполнялось затем в парах, группой, всей командой. Очень важно развить способность ребят к игровому общению, к умению взаимодействовать друг с другом, взаимопониманию на площадке. Очень важно и то, как организуется тренировка, насколько по времени отстоит отработка одного элемента от другого, что именно тренер хочет добиться от своих учеников, что они должны усвоить обязательно и в первую очередь для качественного улучшения игры, а где можно допустить импровизацию. Тренер должен давать право на ошибку — она может послужить исходным моментом для учебы, воспитания, отработки элемента всей командой. Иначе, без достаточной степени свободы движения в игре, ощущая постоянно боязнь ошибиться, игроки будут очень скованы, безынициативны [6, с. 35].

Изучение и совершенствование командных тактических построений следует начинать с 13 лет. В этом возрасте довольно хорошо развита способность самостоятельно решать сложные задачи.

Желательно, чтобы в учебных играх и в соревнованиях каждый хоккеист попробовал свои возможности в различных игровых амплуа (защитник, крайний и центральный нападающий) и мог заменить любого игрока

без ущерба для игры команды. В этом случае будет более правильным выбор своего амплуа при дальнейших занятиях.

Игровой метод предполагает не только какие-либо конкретные подвижные игры, но также и применение методических особенностей игры в любых физических упражнениях. Они привлекают учащихся своей эмоциональностью, доступностью, разнообразием и состязательным характером, помогают правильно, но в облегченном виде выполнять элементы изучаемых технических приемов и тактических действий и одновременно содействуют воспитанию физических качеств [13, с. 29].

В футболе используются игровые упражнения, малые игры, игры стандартных условиях. На фоне моделей отдельных малых игр формируется игра в футбол в целом: развивается игровая способность как комплекс соответствующих физических, психических, интеллектуальных и моторных компонентов.

Важный компонент игровой подготовки - создание для футболистов предпосылок, реализация которых должна происходить в разностороннем тренировочном процессе путем постепенного и непрерывного повышения различных требований к тренировкам.

Под созданием предпосылок для развития игровой способности понимают:

- развитие физических и психических предпосылок игроков в направлении модельных физических и психических требований, специальных качеств и способностей в соответствии со специфическими требованиями футбола;
- совершенствование приемов, техники в упрощенных условиях и в процессе игры;
- разнообразие тактического исполнения приемов и действий.

Содержание технических навыков и умений, которыми следует овладеть во время обучения и совершенствования, реализуется в методической последовательности: первоначально в учебной, а затем в тренировочной игре в облегченных, позже - в сложных условиях.

Первый этап - тренировка большинства моторных качеств и их вариантов, нацеленных на решение тактических заданий.

Второй этап - развитие способностей, необходимых для правильного решения игровых ситуаций, т. е. умения выбирать правильный ход и его моторное исполнение в разных ситуациях и условиях.

Третий этап - развитие способностей, необходимых для правильного технического выполнения тактических заданий в различных игровых ситуациях и действиях в противоборстве с противником. Почти во всех программах подготовки футболистов на первое место выдвигается овладение отдельными элементами техники, затем рекомендуется использовать их в условиях игры.

Во время тренировок футболисты овладевают действиями, которые представляют собой единство технических умений, тактических способностей и компонентов физической подготовки, однако в отдельных необходимых случаях не запрещается и обучение отдельным действиям.

На тренировках, носящих состязательный характер, в любой форме неизбежно проявляются ошибки и недостатки, которые в дальнейшем устраняются с большим трудом. Их появление объясняется тем, что во время тренировок продолжают обращать внимание на специфическую технику движений, которые используются в игре.

Концепции тренировок футболистов базируются на дидактике, особенно это касается двусторонней игры. Принято считать, что игра не складывается из отдельно изученных элементов техники и тактических навыков, а представляет собой единство факторов, тесно взаимосвязанных между собой.

Естественно, что приемами техники игры без препятствий футболисты овладевают быстрее, без стрессовых нагрузок, присущих игровым ситуациям, не нарушая последовательности подготовки, однако такое стандартное овладение упражнениями возможно только вне игры как способ индивидуальной подготовки или как одна из форм активного отдыха. Выполнение таких упражнений преследует другую цель, поскольку находится в про-

тиворечии с основными требованиями к элементам, обеспечивающим результативную игру: умением быстро оценить ситуацию и сделать адекватный ей выбор технических и тактических способов, необходимых для решения игровых заданий (гол, победа и др.).

### Выводы по первой главе

Известно, что техническую подготовленность нельзя рассматривать изолированно, а следует представлять как составляющую единого целого, в котором технические решения тесно связаны с физическими, психическими, интеллектуальными, тактическими возможностями спортсмена, а также конкретными условиями внешней среды, в которой выполняется спортивное действие.

Под тактической подготовленностью в теории и практике спортивной тренировки понимается умение спортсмена грамотно построить ход соревновательной борьбы, учитывая при этом специфику вида спорта и свои индивидуальные особенности, возможности соперников и создавшиеся внешние условия. Среди основных направлений тактического совершенствования принято выделять:

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

В тактической подготовке юных футболистов важное значение приобретает реализация так называемых стандартных положений. Кроме этого,

уровень тактической подготовленности юных футболистов этого возраста должен предполагать как обязательное требование умение, независимо от игрового амплуа, индивидуально обыграть соперника посредством обманных движений или скоростной обводки.

Существенное место в тренировке на этом этапе подготовки должны занимать упражнения, направленные на решение групповых и командных тактических задач. В этой связи рекомендуется широко использовать такие традиционные средства, как атака с собственным численным превосходством игроков (2х1, 3х2, 4х2) и оборона в численном меньшинстве (1х2, 2х3, 2х4).

Для обучения тактике используются следующие средства и методы:

1. Теоретические занятия с объяснением и разбором на макете футбольного поля тактических построений с указанием функций каждого игрока и их взаимодействий.

2. Разучивание тактических взаимодействий при различных построениях в ходе тренировок.

3. Отработку взаимодействий футболистов в различных числовых сочетаниях в облегченных условиях, т. е. без сопротивления соперника.

4. Освоение взаимодействий игроков в различных числовых сочетаниях при пассивном противоборстве, а затем и при активном противоборстве соперников (2Х1, 3Х1, 3Х2, 1Х1 и др.).

5. Совершенствование взаимодействия игроков в обороне при различном соотношении обороняющихся и атакующих игроков (1Х1, 1Х2, 1Х3, 2Х3 и др.).

6. Тренировочные игры с остановками и детальным разбором правильных и ошибочных действий.

7. Товарищеские матчи с последующим разбором видеозаписи и анализом педагогических наблюдений.

Для этих целей обычно используется поточная, круговая и игровая форма организации занятий. Во время технико-тактических занятий необходимо стараться формировать у юных футболистов в единые критерии

оценки игровых ситуаций, а также способствовать созданию вариативных навыков действий и взаимодействий.

Тактика должна постоянно совершенствоваться с учетом индивидуальных особенностей игроков, повышения их уровня физических кондиций, технического мастерства, приобретения бойцовских качеств. Чем больше юный хоккеист будет смотреть матчи по хоккею старших товарищей, другие спортивные игры, читать и анализировать специальную литературу, тем богаче у него будет тактический арсенал.

При совместном с тренером просмотре матчей необходимо целенаправленно изучать действия игроков и обращать их внимание на временную и пространственную согласованность действий игроков как в атаке, так и в обороне.

На наш взгляд, обучение и совершенствование тактических действий лучше проводить в изложенной ранее последовательности.

## Глава 2. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ

### 2.1 Организация опытно-экспериментальной работы

Для решения поставленных задач, в своей работе мы применяли следующие методы исследования:

1. Анализ научно-методической литературы
2. Педагогическое наблюдение
3. Контрольные испытания (тесты)
4. Педагогический эксперимент
5. Методы математической статистики.

Анализ научно-методической литературы.

Анализ литературы помогает определить уровень научных знаний в сфере изучаемого вопроса. Мы изучали результаты научных исследований, посвященных теме нашей проблемы исследования, и применяли знания в дисциплинах, имеющих непосредственное отношение к изучаемому вопросу (физиологии, биомеханики, психологии и т.п.).

Педагогическое наблюдение.

Педагогическое наблюдение проводилось на учебно-тренировочных занятиях по футболу. Задачи научных исследований могут быть решены путем рационального подбора методов, четких организационных форм проведения работы, целенаправленной обработки и анализа полученных материалов при педагогическом наблюдении.

Контрольные испытания (тесты).

Для определения уровня развития физических способностей юных футболистов нами были предложены следующие контрольные испытания:

- бег 10 м; - бег 50 м;

- бег 7Х50 м;
- вертикальное выпрыгивание;
- бег 3000 м.

Для проведения эксперимента была предложена следующая схема: в группе проводили тренировочный процесс по специальной разработанной методике, направленной на развитие технико-тактических способностей юных футболистов.

В соревновательной и тренировочной деятельности регистрировали:

- атакующие действия противоборствующих команд (групп игроков), и, в частности, места начала и окончания каждой атаки и способ ее завершения (прострел, передача, аут, угловой, удар по воротам);
- расстояние, с которого наносился удар по воротам;
- количество забитых и пропущенных голов.

В тренировочных занятиях фиксировалась точность следующих типов ударов:

1. удары по неподвижному мячу с места, с разных расстояний;
2. удары после ведения;
3. удары после ведения и обводки;
4. удары после жонглирования мячом с продвижением вперед,
5. удары после передачи мяча, с фланга;
6. удары с разворота после передачи мяча из центра поля, с 15-17м.

Педагогический эксперимент.

Исследование проводилось с участием футбольной команды ДЮСК «Надежда».

В исследовании принимали участие 28 мальчиков в возрасте 12-14 лет.

Анализ и обработка информации должны учитывать особенности этого вида спорта и характер собранной информации. Педагогический эксперимент проводился для проверки выдвинутой гипотезы. При планировании эксперимента надо определить количество испытуемых и количество попыток, выполненных каждым испытуемым. В связи с этим перед проведением



основных исследованиях целесообразно проводить предварительные измерения, чтобы скорректировать программу эксперимента соответственно контингенту, требованиям надежности тестов, трудоемкости.

Метод математической статистики.

В нашей работе мы использовали для обработки результатов тестирования компьютерную программу STAT. Находили следующие величины: среднее арифметическое значение, квадратическое отклонение от среднего арифметического и ошибку среднего арифметического. Достоверность результатов определяли по t-критерию Стьюдента.

Организация исследования

На первом этапе (сентябрь–октябрь 2021 г.) осуществлялось теоретическое осмысление проблемы, научной литературы и документов с целью конкретизации основных теоретических и методических положений; проводили наблюдение, опрос и тестирование юных футболистов, на основе которых разработали гипотезу исследования проблемы развития скоростно-силовых качеств на тренировочном этапе.

На втором (октябрь 2021 г. - февраль 2022 г.) проведение педагогического эксперимента, выявление причинно-следственных связей между результатами исследования и его существенными факторами, анализ и интерпретация результатов экспериментального исследования

На третьем (январь – февраль 2022 г.), заключительном этапе обобщались результаты исследования, формулировались научные выводы, разрабатывались методические рекомендации по применению экспериментальной методики.

## 2.2 Экспериментальная методика 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 выполняется резким движением стопы. Игрок А вы-

полняет 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. (рисунок 1).

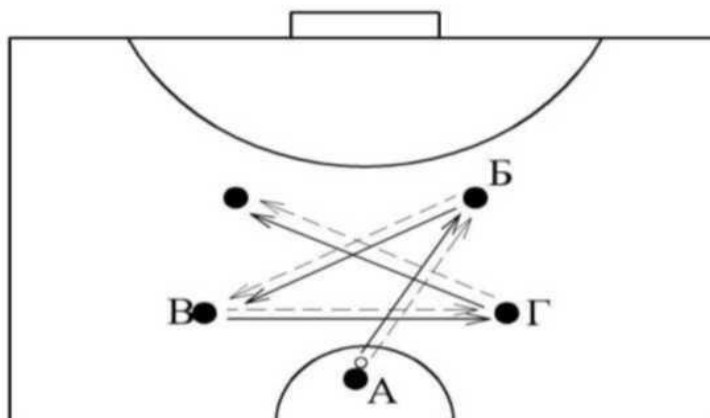


Рисунок 2 – Рывок после передачи мяча

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. (рисунок 2).

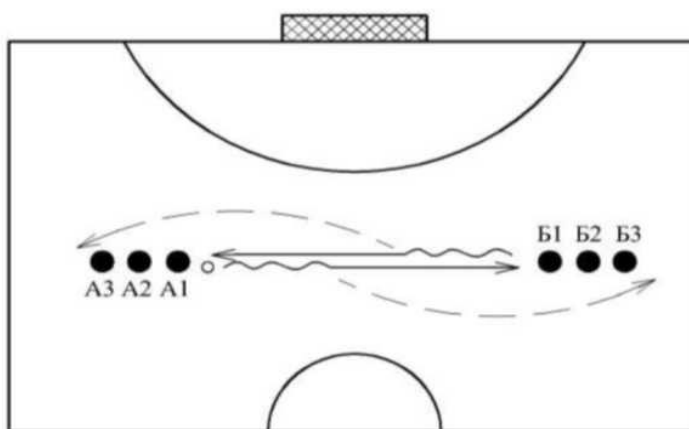


Рисунок 3 – Ведение мяча и передача в противоположную колонку

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 (рисунок 3).

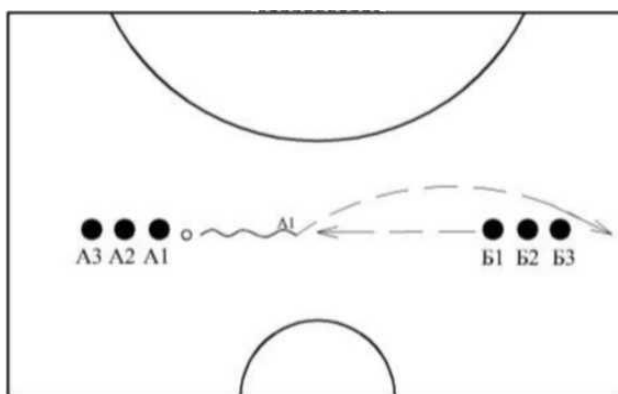


Рисунок 4 – Скрещивание

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 (рисунок 4).

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. (рисунок 4).

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.

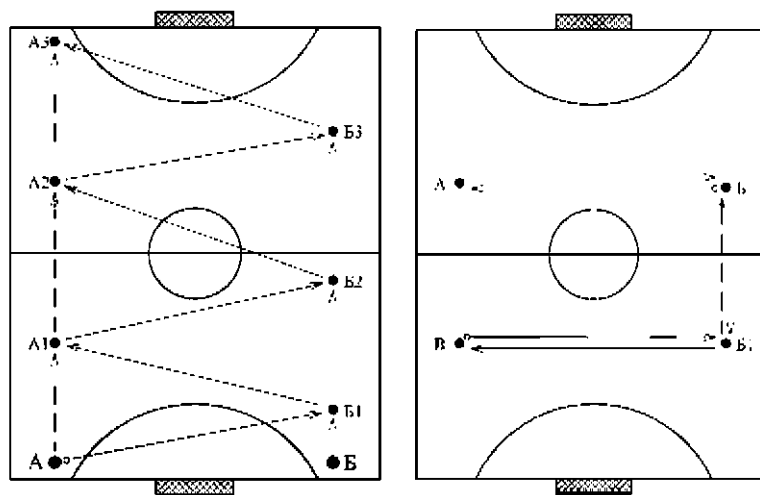


Рисунок 5 – Передача мяча с перемещением

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 (рисунок 5).

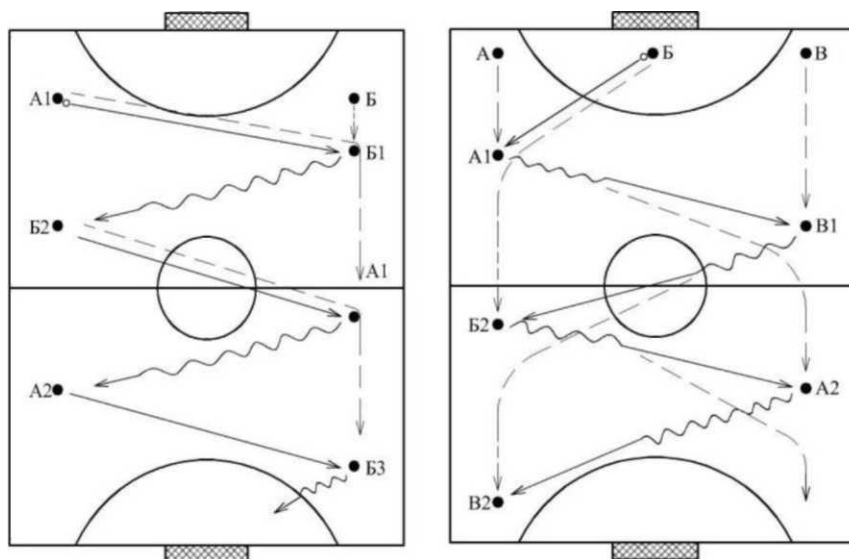


Рисунок 6 – Передача мяча

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 по-

ставленным 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 (рисунок 6).

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 В, который выполняет передачу мяча игроку Д, и тот, в свою очередь, находясь в углу поля, получает возможность передать мяч под удар набегавшему игроку В1 (рисунок 6).

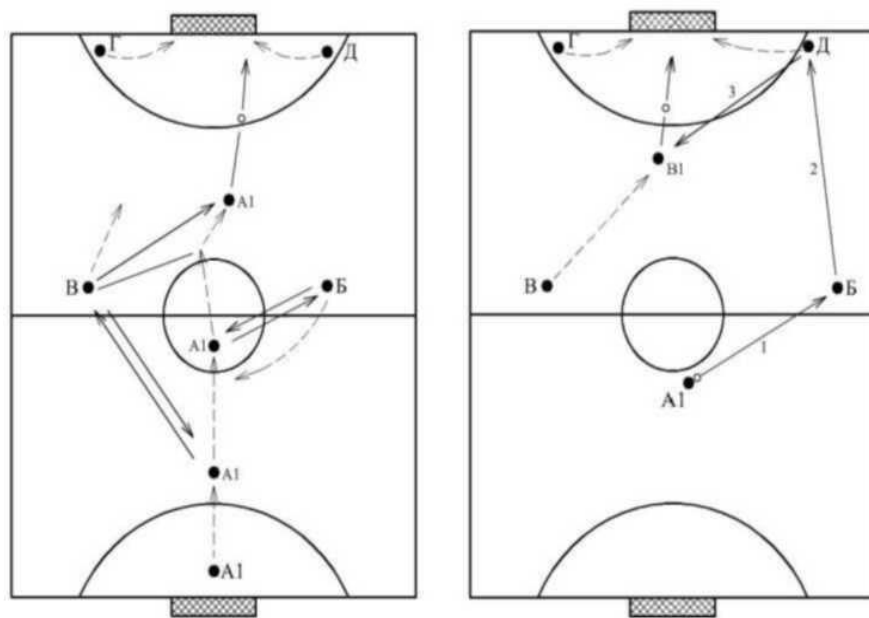


Рисунок 7 – Система квадрат

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 (рис.7). В этом упражнении отрабатываются варианты нападения и защиты: 1х2, 2х2, 2х1, 1х1, а также навык у защитников к взаимодействию при подключении в нападение.

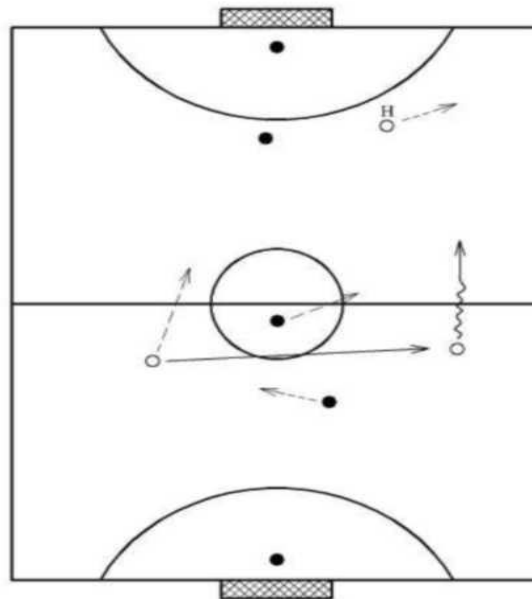


Рисунок 8 – Подключение двух защитников в атаку

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.

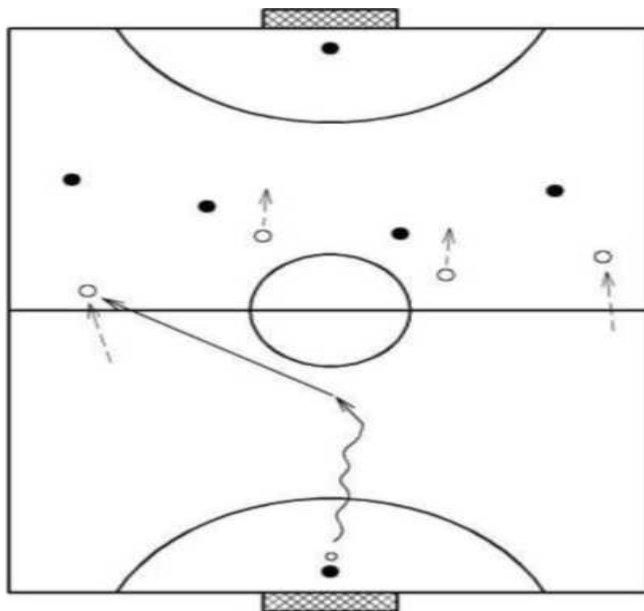


Рисунок 9 – Система 5х4

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.

### 2.3 Результаты опытно-экспериментальной работы

В годичном цикле тренировочного процесса у юных футболистов выделяют три периода: подготовительный, соревновательный, переходный. Как отмечают тренеры: «в юношеском возрасте объёмы тренировочной работы нередко достигают объёмов взрослых, квалифицированных спортсме-



нов. Поэтому важным моментом в повышении эффективности тренировочного процесса остаётся поиск оптимальной структуры и распределения тренировочных нагрузок в годичном цикле подготовки. Обеспечение оптимального соотношения в годичном цикле работы, различной преимущественной направленности, особенно важно в процессе совершенствования технического мастерства и повышения специальной физической подготовленности».

При планировании тренировочной нагрузки в футболе используют: 40% -на физическую подготовку, 30% - на тактическую и 30% - на техническую. Только в зависимости от возраста спортсменов меняется соотношение времени, выделяемые на подготовку спортсменов в учебно-тренировочном процессе.

Основные средства специфической и неспецифической нагрузки, использованных в подготовке юных футболистов была почти одинаковой в контрольной и экспериментальной группе (таблица 2).

Таблица 2 - Распределение нагрузки тренировочного процесса (часы)

Группы		июнь, июль	авг, сент	окт, нояб	дек, янв	февр, март	апр, май
КГ	специф. нагрузка	32	32	30	32	30	40
	неспециф. нагрузка	32	32	34	32	34	24
ЭГ	специф. нагрузка	20	28	30	26	36	42
	неспециф. нагрузка	44	36	34	40	30	22

Из специфических средств в футболе предпочтение отдавалось упражнениям технико-тактической направленности (55%), а из неспецифических предпочтение отдавалось кроссу (31%). Изучать динамику уровня физической подготовленности в период подготовки юных футболистов необходимо, так как эти показатели являются основными в организации и проведении учебно-тренировочного процесса.

Таблица 3 - Результаты тестирования юных футболистов контрольной группы

Контрольные тесты	Результаты тестирования		
	1	2	3
Бег 10 м, сек	2,06±0,09	1,99±0,04	1,95±0,03
Бег 50 м, сек	7,54±0,17	7,42±0,21	7,32±0,22
Бег 7х50 м, сек	69,4±1,5	67,8±1,7	67,4±2,1
Вертикальное выпрыгивание, см	38,1±4,3	40,2±2,5	40,4±3,1
Бег 3000 м, сек	788,0±25,1	764,0±22,0	760,0±21,0

Изучение физической подготовленности контрольной группы в цикле тренировки (таблица 3). В контрольной группе произошли изменения во всех показателях (рисунок 10).

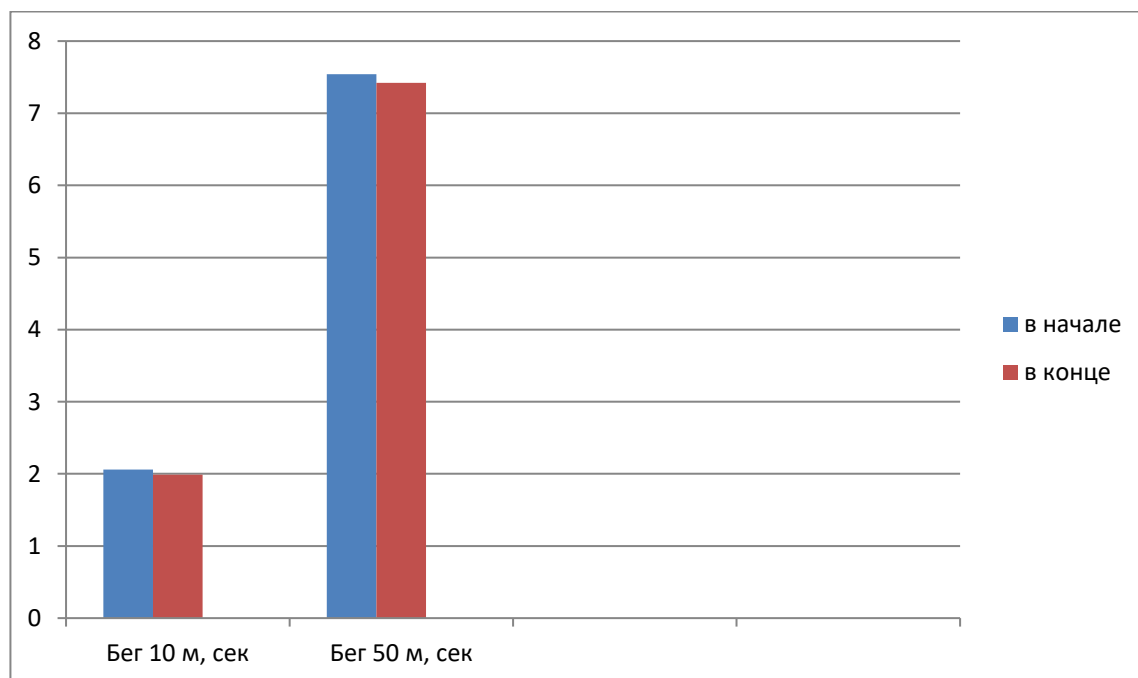


Рисунок 10. – Результаты тестирования юных футболистов контрольной группы

Динамика физической подготовленности экспериментальной группы, показывает нам, что и здесь произошли изменения во всех исследуемых показателях. Наибольший прирост 9% был отмечен в тесте бег на 3000 м и в

прыжке вверх 10%, наименьший прирост 5% в тесте бег на 50 м (таблица 4, рисунок 11).

Таблица 4 - Результаты тестирования юных футболистов экспериментальной группы

Контрольные тесты	Результаты тестирования		
	1	2	3
Бег 10 м, сек	2,09±0,05	1,97±0,06	1,95±0,08
Бег 50 м, сек	7,55±0,17	7,39±0,21	7,3±0,20
Бег 7x50 м, сек	70,2±1,1	66,9±2,0	66,4±1,8
Вертикальное выпрыгивание, см	37,8±4,7	40,8±3,1	41,5±3,3
Бег 3000 м, сек	779,0±26,0	728,0±24,0	729,0±25,0

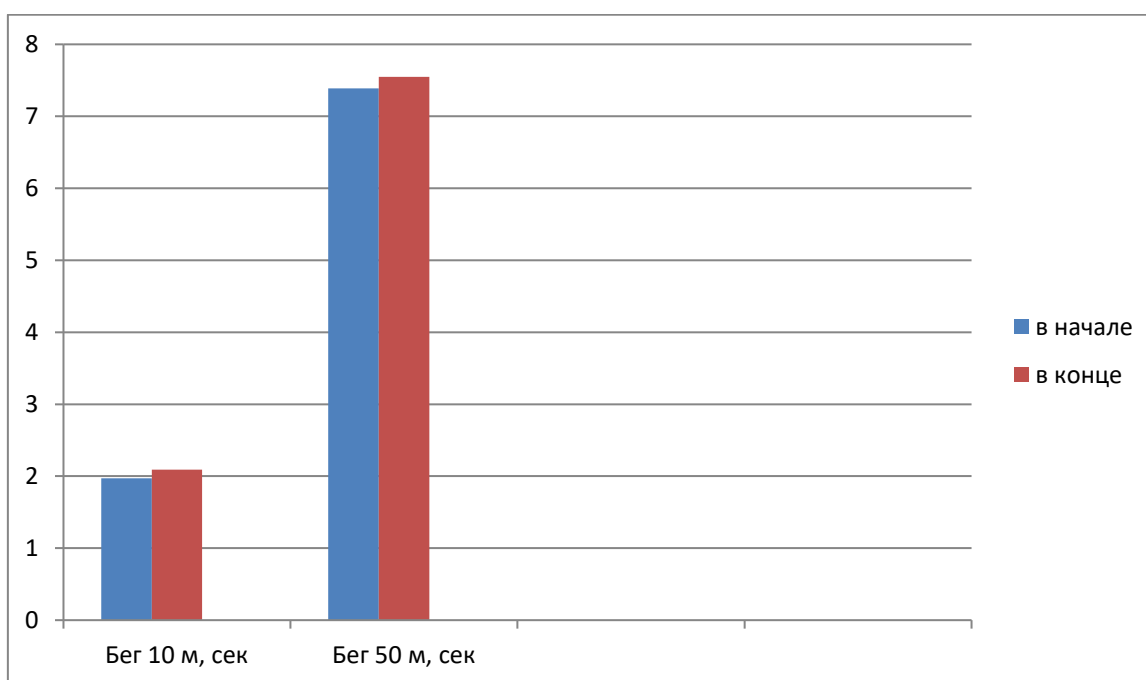


Рисунок 11. – Результаты тестирования юных футболистов экспериментальной группы

Рассматривая динамику изменения показателей физической подготовленности, мы можем судить, что в экспериментальной группе прирост во всех показателях физической подготовленности более значительный.

Анализируя динамику физической подготовленности и сопоставляя полученные данные с тренировочными нагрузками, которые использова-

лись в годичном цикле, можно говорить о влиянии используемой методики на эффективность тренировочного процесса.

Более высокие показатели прироста в экспериментальной группе, в отличие от контрольной позволяют считать, целесообразным строить тренировочный процесс с увеличением работы, в середине соревновательного периода, используя нагрузки неспецифического характера аэробной направленности.

## 2.4 Рекомендации для тренеров-педагогов по технико-тактической подготовке юных футболистов

1. Совершенствование техники по психологическому содержанию 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 учебно-тренировочном 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.

2. 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.

3. 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.

4. 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.

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.

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.

#### Выводы по второй главе

В организации опытно-экспериментальной работы мы применяли следующие методы исследования: анализ научно-методической литературы; педагогическое наблюдение; контрольные испытания; математическую статистику.

Экспериментальная методика распределения тренировочных нагрузок подготовки способствует существенному повышению скоростных способностей (бег 10 м - 8,3%, бег 50 м - 4,4%), выносливости (бег 3000 м - 10,8%) и уровня развития скоростно-силовых качеств (11,9%) значительному росту уровня функциональной подготовленности, улучшению показателей технико-тактических действий в различных условиях выполнения игровых приемов. Экспериментальная методика распределения тренировочных нагрузок подготовки способствует существенному повышению скоростных способностей, выносливости и уровня развития скоростно-силовых качеств. Уве-

личению уровня функциональной подготовленности, улучшению показателей технико-тактических действий в различных условиях выполнения игровых приемов.

Оптимальная структура тренировочных нагрузок различной направленности подготовки юных футболистов определяет преимущество специфических и неспецифических тренировочных средств, увеличение доли нагрузок в зоне большой относительной мощности (65%), специфику месячного изменения специализированности и направленности тренировочных нагрузок.

При планировании тренировочной нагрузки рекомендуется увеличить общий ее объем до 20 часов в неделю за счет доли неспецифических упражнений. При планировании подготовки в середине соревновательного периода рекомендуется увеличение объема тренировочной работы неспецифического характера аэробной направленности.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В современной теории спортивной тренировки техническая подготовленность характеризуется степенью освоения спортсменом системы движений, соответствующей особенностям данного вида спорта и обеспечивающей достижение высоких спортивных результатов. Известно, что техническую подготовленность нельзя рассматривать изолировано, а следует представлять как составляющую единого целого, в котором технические решения тесно связаны с физическими, психическими, интеллектуальными, тактическими возможностями спортсмена, а также конкретными условиями внешней среды, в которой выполняется спортивное действие.

Среди основных направлений тактического совершенствования принято выделять:

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

В тактической подготовке юных футболистов, важное значение приобретает реализация так называемых стандартных положений. Кроме этого, уровень тактической подготовленности юных футболистов этого возраста должен предполагать как обязательное требование умение, независимо от игрового амплуа, индивидуально обыграть соперника посредством обманных движений или скоростной обводки.

Для обучения тактике используются следующие средства и методы:



1. Теоретические занятия с объяснением и разбором на макете футбольного поля тактических построений с указанием функций каждого игрока и их взаимодействий.

2. Разучивание тактических взаимодействий при различных построениях в ходе тренировок.

3. Отработку взаимодействий футболистов в различных числовых сочетаниях в облегченных условиях, т. е. без сопротивления соперника.

4. Освоение взаимодействий игроков в различных числовых сочетаниях при пассивном противоборстве, а затем и при активном противоборстве соперников (2X1, 3X1, 3X2, 1X1 и др.).

5. Совершенствование взаимодействия игроков в обороне при различном соотношении обороняющихся и атакующих игроков (1X1, 1X2, 1X3, 2X3 и др.).

6. Тренировочные игры с остановками и детальным разбором правильных и ошибочных действий.

7. Товарищеские матчи с последующим разбором видеозаписи и анализом педагогических наблюдений.

На наш взгляд, обучение и совершенствование тактических действий лучше проводить в изложенной ранее последовательности.

Экспериментальная методика распределения тренировочных нагрузок в годичном цикле подготовки способствует существенному повышению скоростных способностей (бег 10 м - 8,3%, бег 50 м - 4,4%), выносливости (бег 3000 м - 10,8%) и уровня развития скоростно-силовых качеств (11,9%) значительному росту уровня функциональной подготовленности, улучшению показателей технико-тактических действий в различных условиях выполнения игровых приемов. Экспериментальная методика распределения тренировочных нагрузок подготовки способствует существенному повышению скоростных способностей, выносливости и уровня развития скоростно-силовых качеств. Увеличению уровня функциональной подготовленности, улучшению показателей технико-тактических действий в различных условиях выполнения игровых приемов.

Оптимальная структура тренировочных нагрузок различной направленности подготовки юных футболистов определяет преимущество специфических и неспецифических тренировочных средств, увеличение доли нагрузок в зоне большой относительной мощности (65%), специфику месячного изменения специализированности и направленности тренировочных нагрузок.

Основные средства специфической и неспецифической нагрузки, использованных в подготовке юных футболистов была почти одинаковой в контрольной и экспериментальной группе.

В тактической подготовке юных футболистов, важное значение приобретает реализация так называемых стандартных положений. Кроме этого, уровень тактической подготовленности юных футболистов этого возраста должен предполагать как обязательное требование умение, независимо от игрового амплуа, индивидуально обыграть соперника посредством обманных движений или скоростной обводки.

Из специфических средств в футболе предпочтение отдавалось упражнениям технико-тактической направленности (55%), а из неспецифических предпочтение отдавалось кроссу (31%). Изучать динамику уровня физической подготовленности в период подготовки юных футболистов необходимо, так как эти показатели являются основными в организации и проведении учебно-тренировочного процесса.

Динамика физической подготовленности экспериментальной группы, показывает нам, что и здесь произошли изменения во всех исследуемых показателях. Наибольший прирост 9% был отмечен в тесте бег на 3000 м и в прыжке вверх 10%, наименьший прирост 5% в тесте бег на 50 м.

Рассматривая динамику изменения показателей физической подготовленности, мы можем судить, что в экспериментальной группе прирост во всех показателях физической подготовленности более значительный.

Анализируя динамику физической подготовленности и сопоставляя полученные данные с тренировочными нагрузками, которые использова-

лись можно говорить о влиянии используемой методики на эффективность тренировочного процесса.

Более высокие показатели прироста в экспериментальной группе, в отличие от контрольной позволяют считать, целесообразным строить тренировочный процесс с увеличением работы, в середине соревновательного периода, используя нагрузки неспецифического характера аэробной направленности.

Таким образом, поставленные задачи исследования выполнены, цель достигнута, гипотеза подтверждена

## СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бахтина, Т.Н. Физическая культура: учебное пособие / Т.Н. Бахтина, И.И. Александров, Н.В. Курова.— СПб. : СПбГЛТУ, 2012. — 128 с.
2. Беженцева, Л.М. Основы методики физического воспитания: Учебное пособие. / Л.М. Беженцева, Л.И. Беженцева.— Томск: ТГУ, 2018.
3. Бишопс, К. Единоборство в футболе. / К. Бишопс, Х.-. Герард.-М. :
4. Вайн, Х. Как научиться играть в футбол: Школа технического мастерства для молодых.— М.: Человек, 2019. — 244 с.
5. Варюшин, В. В.Тренировка юных футболистов: учеб. пособие для вузов / В. В. Варюшин. - Гриф УМО. - М.: Физическая культура, 2010. - 211 с.
6. Верхошанский, Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте.— М.: Советский спорт, 2013. — 216 с.
7. Вихров, К. Л. Знакомство с футболом / К. Л. Вихров. - Киев : Реклама, 2003. - 81 с.
8. Гордон, С.М. Спортивная тренировка: научно-методическое пособие.— М.: Физическая культура, 2008. — 256 с.
9. Губа, В.П. Научно-практические и методические основы физического воспитания учащейся молодежи. / В.П. Губа, О.С. Морозов, В.В. Парфененков.— М. : Советский спорт, 2008. — 206 с.
10. Губа, В.П. Теория и методика футбола: учебник. / В.П. Губа, А.В. Лексаков.— М. : Советский спорт, 2013. — 536 с.
11. Денисова, О.П. Психология и педагогика.— М. : ФЛИНТА, 2013. — 240 с.
12. Елагин, А.В. Футбол. Энциклопедия в 3-х томах. Том 2. Е-М. / А.В. Елагин, Д.А. Еремин, В.С. Петров, А.В. Савин.— М. : Человек, 2013. — 912 с.
13. Заваров А. Футбол : Уроки профессионала для начинающих / А. Заваров. - СПб. : Питер, 2010. - 202 с.

14. Золотарев, А.П. Футбол: методологические основы многолетней подготовки спортивного резерва : научно-метод. пособие. / А.П. Золотарев, А.В. Лексаков, С.А. Российский.— М.: Физическая культура, 2007. — 160 с.
15. Иноземцева, Е.С. Познавательные психические процессы в физическом воспитании и спорте.— Томск: ТГУ, 2012. — 75 с.
16. Капилевич, Л.В. Физиология спорта: учебное пособие.— Томск : ТГУ, 2013. — 192 с.
17. Карпушин, Б.А. Педагогика физической культуры: учебник.— М. : Советский спорт, 2019. — 300 с.
18. Кафка, Б. Функциональная тренировка. Спорт. — М. : Спорт, 2016. — 176 с.
19. Кузнецов, А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. 1 этап (8—10 лет).— М. : Человек, 2007. — 112 с.
20. Лапшин, О.Б. Учим играть в футбол. Планы уроков.— М. : Человек, 2015. — 256 с.
21. Лобановский, В.В., Разумовский Е.А. Техничко-тактические действия футболистов //Футбол: Ежегодник /Сост. В.П.Климин, С.А.Савин. Редкол.: К.И.Бесков и др. - М: Физкультура и спорт, 2007.
22. Марина, И.В. Самоподготовка по физической культуре: учебное пособие.— Вологда : ВоГУ, 2014. — 111 с.
23. Мартенс, Р. Успешный тренер.— М. : Человек, 2014. — 440 с.
24. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и её прикладные аспекты/ Л.П. Матвеев.- Спб.: Лань, 2005.- 384с.
25. Метцлер, П. Теннис. Секреты мастеров/ П.Метцлер.-М.: ФАИР-ПРЕСС,2002.- 336 с.
26. Михайлова, Т.В. Социально-педагогические основы деятельности тренера : монография.— М. : Физическая культура, 2009. — 288 с.
27. Михно, Л.В. Физиология спорта: Медико-биологические основы подготовки юных футболистов: Учебное пособие. / Л.В. Михно, А.Н.

- Поликарпочкин, И.В. Левшин, С.М. Ашкинази.— М. : Спорт, 2016. — 168 с.
28. Моисеенко, А.В. Футбол в вузе: учебно-методическое пособие. / А.В. Моисеенко, В.Г. Шилько.— Томск : ТГУ, 2011. — 64 с
29. Нистратов, Е.Д. Функциональная подготовленность юных футболистов 15-16 лет в годичном цикле / Е.Д. Нистратов // Теория и практика физ. культуры. - 2000. - № 5. - С. 37-38.
30. Озолин, Н.Г. Настольная книга тренера, наука побеждать / Н.Г. Озолин. -М.: Апрель, 2004. - 863 с.
31. Осташев, П.В. Прогнозирование способностей футболиста / П.В. Осташев.
32. Пальке, Х., Хеммо, Х. Техническая и тактическая подготовка футболистов / Пер. с нем. В.П.Котелкина. - М: Физкультура и спорт, 2007.
33. Передельский, А.А. Физическая культура и спорт в отражении философских и социологических наук. Социология спорта: Учебник.— М. : Спорт, 2016. — 416 с.
34. Петухов, А.В. О направленном формировании индивидуальной тактической подготовки футболистов 8-10 лет. // Тезисы 10-й Всесоюзной научно-практической конференции «Методические основы подготовки спортивных резервов». / А.В. Петухов. - М.: ВНИИФК, 1985. - С.130-132
35. Петухов, А.В. Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов. Проблемы и пути решения: монография. - М.: Советский спорт, 2006. - 232 с.
36. Пирогов, Б.А. Футбол: Хроника, события, факты / Пирогов Б.А. -М.: Спорт, 2015.
37. Платонов, В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Часть 1. / В.Н. Платонов. - Киев: Олимпийская литература, 1997. - 132 с.

38. Платонов, В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Часть 2. / В.Н. Платонов. - Киев: Олимпийская литература, 2003. -169 с.
39. Полишкис, М.С. Совершенствование тактических способностей юных футболистов. / Футбол. Ежегодник. - М.: ФиС, 1981. - С. 54-60.
40. Попов, А.Л. Спортивная психология. — М.: ФЛИНТА, 2013. — 159 с.
41. Порядок организации оказания медицинской помощи занимающимся физической культурой и спортом.— М.: Спорт, 2017. — 108 с.
42. Психологические особенности формирования личности в педагогическом процессе / Под ред. А. Коссаковски, И. Ломпшера и др.: Пер. с нем. - М., 1981. - с. 82.
43. Психология физической культуры: учебник. — М.: Спорт, 2016. — 624 с.
44. Психология физической культуры: учебник.— М.: Спорт, 2016. — 624 с.
45. Сависько, Ю.В. Техническая и тактическая подготовка юных футболистов: Методическая разработка тренера - преподавателя по футболу - МОБУ ДОД ДЮСШ №1, 2013 г.
46. Санин, М.Р. Анатомия и физиология детей и подростков. / М.Р. Санин, З.Г. Брыскина. - М.: Издательский центр «Академия», 2002. - 145 с.
47. Серова, Л.К. Профессиональный отбор в спорте.— М.: Человек, 2011. — 160 с.
48. Симонян, И.П. Футбол - только ли игра? / И.П. Симонян. - М.: Агентство ФАИР, 2008. - 336 с.
49. Смирнова, Н.Г. Педагогика.— Кемерово : КемГИК, 2015. — 84 с.
50. Солодков, А.С. Физиология человека: Общая. Спортивная. Возрастная: Учебник / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. - М.: Терра-спорт, 2001. - 519 с.
51. Теория и методика спорта: Учеб. пособие для училищ олимпийского резерва / Под ред. Ф.П. Сулова, Ж.К. Холодова. - М., 1997. - 416 с.
52. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.М. Курамшина. - М.: ФАИР, 2007. - 463 с.

53. Тукманов, А.В. Российский Футбольный Союз и развитие футбола в России / А.В. Тукманов // Физическая культура и спорт в Российской Федерации: (Национальные спортивные федерации): сб. ст. / Всерос. науч. -исслед. ин-т физ. культуры и спорта. - М., 2001. - Вып.2
54. Тюленьков, С Уровень физической подготовленности высококвалифицированных футболистов различных возрастных групп / С. Тюленьков // Человек в мире спорта: Новые идеи, технологии, перспективы: Тез. докл. Междунар. Конгр. - М.: Физкультура, образование и наука, 1998. - Т. 1. - С. 275-277.
55. Фарфель, В.С. Управление движениями в спорте. - М.: ФиС, 2017 - с.
56. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта футбол.— М.: Советский спорт, 2014. — 23 с.
57. Федюкович, Н.И. Анатомия и физиология человека : учебник. / Н.И. Федюкович, И.К. Гайнутдинов.— Ростов-на-Дону : Феникс, 2010. — 510 с.
58. Физкультура и спорт. Малая энциклопедия - М.: «Радуга», 2008.
59. Фискалов, В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов: учебник.— М.: Советский спорт, 2010. — 392 с.
60. Футбол: программа для специализированных учебно-спортивных учреждений и училищ олимпийского резерва / сост. М.Я. Андружейчик. -Минск: Минспорта и туризма РБ, НИИ ФКиС РБ, БГУФК, 2006. - 110 с.
61. Футбол: Содержание и Методика Преподавания. [Электронный ресурс] // Режим доступа: <http://futbol-prepod.narod.ru/index/0-6>
62. Футбол: Справочник / Авт. - сост. Чумаков Е.М. - М.: Физкультура и спорт, 2005.
63. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов.-М.: Академия, 2001.- 480 с
64. Цирик, Б.Я. Футбол / Цирик Б.Я., Лукашин Ю.С. - М.: Физкультура и спорт, 2008.
65. Чанади, А. Футбол. Стратегия / Пер. с венг. - М.: ФиС, 1981. - 176 с.
66. Чирва, Б. Футбол: Тренировка точности юных спортсменов. - М., 2004.



67. Чурекова, Т. М. Общие основы педагогики. / Т.М. Чурекова, И.В. Гравова, Ж. С. Максимова.— Кемерово : КемГУ, 2019. — 165 с.
68. Шамардин, А. И. Методика совершенствования и контроля координационных способностей юных футболистов в условиях скоростных передвижений: Методическое пособие. - Волгоград: ВГИФК, 2016.
69. Яровой, С М. Возможности подготовки юных футболистов на основе учета разносторонности технико-тактических действий. - Харьков, 2018.