



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)
ВЫСШАЯ ШКОЛА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

**Методика технико-тактической подготовки спортсменов в
мини-футболе**

Выпускная квалификационная работа
по направлению 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями
подготовки)

Направленность программы бакалавриата
«Физическая культура. Безопасность жизнедеятельности»

Форма обучения: очная

Проверка на объем заимствований:

87,82 % авторского текста

Работа рекомендована к защите
рекомендована/не рекомендована

« 2 » 05 20 23

Зав. кафедрой ТиМ ФК и С

(к.п.н.) Жабаков В.Е.

Выполнил:

студент группы ОФ-514/073-5-1
Максатмырадов Ровшен

Научный руководитель:

кандидат педагогических наук,
доцент кафедры ТиМФКиС
Михайлова Татьяна Александровна

Челябинск
2023 год

СОДЕРЖАНИЯ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ МЕТОДИКА ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ФУТБОЛИСТОВ	6
1.1 Характеристика соревновательной деятельности в футболе и мини футболе	6
1.2 Техничко-тактическая подготовка в обеспечении соревновательной результативности футболистов	22
1.3 Теоретические подходы к совершенствованию технико-тактической подготовки в мини-футболе	31
ВЫВОД ПО 1 ГЛАВЕ	46
ГЛАВА 2. ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ...	47
2.1. Задачи исследования. Методы исследования	47
2.2 Организация исследования	50
ВЫВОД ПО 2 ГЛАВЕ	65
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	67
ПРИЛОЖЕНИЯ	68
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	72

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. Прогресс современного спорта невозможен без профессионального осмысления передового опыта и дальнейшего развития научно-методических основ управления спортивной тренировкой на различных этапах спортивной подготовки.

Большинство исследований преимущественно направлено на реализацию функциональной подготовленности футболистов в ущерб технико-тактическому компоненту. Вместе с тем поиск новых подходов к спортивной подготовке опирается на необходимость повышения эффективности спортивной деятельности. При этом актуально стоит вопрос разработки новых средств и методов технико-тактической подготовки квалифицированных футболистов в мини-футболе. В последние годы в мировом мини-футболе наблюдается заметный рост интенсификации игровых действий. Она проявляется в возрастании напряженности борьбы в игровых эпизодах, в сокращении до минимума пассивных фаз в действиях каждого футболиста.

До максимума увеличиваются активные фазы игры, разнообразие форм атакующих действий и активных форм защиты, возрастает количество ударов по воротам соперников. Данная тенденция обусловлена самой спецификой мини-футбола, с каждым днем предъявляющей все более высокие требования к технико-тактической подготовленности футболистов.

Таким образом, существует достаточно выраженное противоречие между высокими требованиями к уровню технико-тактической подготовленности игроков, предъявляемыми специфическими условиями соревновательной деятельности и недостаточной эффективностью существующей методики технико-тактической подготовки квалифицированных футболистов в мини-футболе. Вследствие этого была сформулирована проблема повышения эффективности технико-тактических действий квалифицированных футболистов для обеспечения результативности соревновательной деятельности в мини-футболе.

Выявленное противоречие и сформулированная проблема определили актуальность нашего исследования.

Цель исследования – разработать методику технико-тактической подготовки, обеспечивающую повышение результативности соревновательной подготовки спортсменов в мини-футболе

Объект исследования — процесс спортивной подготовки спортсменов в мини-футболе.

Предмет исследования — технико-тактическая подготовка спортсменов в мини-футболе.

Гипотеза исследования — предполагаем, что процесс развития технико-тактических качеств у футболистов 12-14 лет с применением игрового метода будет проходить более эффективно при соблюдении следующих педагогических условий:

1 подвижные игры будут включены во все части тренировочного занятия: подготовительная, основная заключительная;

2 будут определены упражнения для развития общих и специальных технико-тактических качеств футболистов.

Задачи исследования —

1. Изучить и проанализировать научно-методической литературы по проблеме исследования.

2. Разработать методику развития технико-тактических качеств футболистов 12-14 лет с применением игрового метода.

3 Оценить эффективность методики развития технико-тактических качеств футболистов 12-14 лет с применением игрового метода.

База исследования: ОГАУ “ОБЛАСТНАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ПО ФУТБОЛУ” город Челябинск.

Задачи исследования:

На первом этапе (сентябрь 2022г.-декабрь 2022г.) поисковом, этапе изучалось состояние исследуемой проблемы в теории и практике спорта,

определялись предмет, объект, цель и задачи исследования, а также был определен комплекс необходимых методов исследования.

На втором этапе (январь 2023г. – апрель 2023г.) осуществлялся сбор и обработка набранного материала. Рассмотрение и описание комплекса тренировочных упражнений по формированию специфических технико-тактических действий футболистов, по мнению специалистов.

На третьем этапе (май 2023г.) На третьем, этапе осуществлялся логический анализ и систематизация полученных данных с дальнейшей их интерпретацией, формулировкой выводов и практических рекомендаций; выполнение оформления бакалаврского исследования.

Практическая значимость – собранный и обобщенный материал, представленный в работе, может быть использован тренерами спортивных школ при технико-тактической подготовке игроков мини-футбольных команд.

Структура работы – Выпускная квалификационная работа содержит введение, три главы, выводы, список использованных источников и приложения.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ФУТБОЛИСТОВ

1.1 Характеристика соревновательной деятельности в мини-футболе

Спорт на уровне высших достижений все больше приобретает характер экспериментальной деятельности, в ходе развертывания которой спортсмен продвигается по новым, неизведанным путям к высотам человеческих возможностей.

Соревновательная деятельность есть деятельность, исторически сложившаяся преимущественно в сфере физической культуры и выделившаяся в форме состязаний как особый тип активности, которая выявляется в условиях четко регламентированного соперничества и направлена к максимальной реализации возможностей индивида (его сил, способностей, умений) в упорядоченной форме с объективизированной оценкой достигаемых результатов. Такую деятельность, ее стержневые линии, формы и условия организации в настоящее время вполне отчетливо характеризуют специфические признаки, а именно:

система специальных стимулов, пробуждающих и усиливающих установки личности (ранжирование участников состязаний по рангам, пропорционально уровню достигаемых результатов, присвоение квалификационных разрядов и званий, общепризнанные моральные, а на определенном уровне и материальные поощрения, возрастающие соответственно величине соревновательных достижений и т.п.);

унификация состава действий, разрешаемых состязаний, условий их выполнения и способов оценки достижений (что закрепляется официальными правилами соревнований и арбитражем);

регламентация поведения соревнующихся по принципам неантагонистической конкуренции, имеющим гуманную основу.

системное воспроизведение состязаний с последовательным возрастанием уровня конкуренции и требований к способностям участников.

Совокупность этих признаков в их неразрывном единстве свойственно только спорту, что и дает основание только его назвать в узком смысле слова собственно соревновательной деятельностью. В широком смысле понятие «спорт» охватывает собственно соревновательную деятельность, процесс подготовки к достижениям в ней, а также специфические межчеловеческие отношения, возникающие на основе этой деятельности.

Современная спортивная подготовка должна сочетаться с особенностями и требованиями соревновательной деятельности спортсменов. Одной из главных задач теоретических исследований является разработка методологии, в которой были бы практические выходы использования данных, полученных в ходе изучения соревновательной деятельности.

Любая деятельность представляет собой процесс, характеризующийся постоянно происходящими трансформациями. Продуктом деятельности является конечный или промежуточный (покомпонентный) результат всех вместе взятых или отдельных форм деятельности или операций. Запланированный результат, может быть, достигнут, только если деятельность соответствует ему по составу и системе его проявления, количественному уровню и требуемому качеству.

«Деятельность - это целесообразное приобретение объекта субъектом для получения продукта, удовлетворяющего некоторую потребность. Это взаимодействие субъекта с объектом, в процессе которого объект приобретает субъективную форму образов, ориентирующих на его преобразование. Продукты деятельности, удовлетворяющие соответствующие потребности, представляют собой ее мотив. Превращение исходного предмета в продукт - сложный и многоступенчатый процесс, разделяемый по времени. Поэтому в нем выделяют промежуточные продукты. Получение каждого из них выступает как цель. Система целей определяет направление деятельности, последовательность преобразования исходного объекта в продукт».

Философская категория деятельности — это теоретическая абстракция всей общечеловеческой практики, имеющей общественно-исторический характер. Исходной формой всех видов деятельности людей является общественно-историческая практика человеческого рода, которая характеризуется как целесообразная, чувственно-предметная, преобразующая, коллективная трудовая деятельность людей. В деятельности обнаруживается универсальность человеческого субъекта. Изначальным и подлинным субъектом всех форм деятельности является коллективный субъект, лишь включаясь во все многообразие коллективных форм деятельности, индивид приобретает форму субъективности, форму сознательной регуляции своей индивидуальной деятельности.

Понятие деятельности в теории О.В. Дашкевича связано, прежде всего, с утверждением мысли о том, что она носит предметный характер. Принцип предметности составляет основу психологической теории деятельности. Предметная деятельность в одном случае рассматривается лишь как условие психического отражения и его выявления, а в другом - как процесс, внутренние противоречия и трансформация которого порождает психику как необходимый момент его развития.

Важнейшим компонентом в системе подготовки спортсмена являются соревнования, выступающие как цель, средство и метод подготовки спортсмена. Соревнования определяются как специальная сфера, в которой осуществляется деятельность спортсмена, позволяющая объективно сравнивать определенные его способности и обеспечить их максимальные проявления. Наивысшая готовность к выступлению в соревнованиях и достижение высоких спортивных результатов возможны при условии современного научно - методического обеспечения всей системы подготовки спортсмена. Отсюда вытекает понятие «школа спорта», под которым понимают систему подготовки спортсмена, сложившуюся на основе новейших научных данных и передовой спортивной практики.

Соревновательная деятельность спортсмена предусматривает непосредственную демонстрацию в соревнованиях его возможностей и может рассматриваться в узком и широком смысле слова. В узком смысле это те приемы и действия спортсмена, которые составляют содержание соревновательной борьбы непосредственно в игре, поединке, схватке, на дистанции и т.п. В широком смысле это поведение в целом спортсмена и окружающих лиц (тренеров, судей, организаторов, врачей и другого обслуживающего персонала) во время соревнований.

Соревнование представляет собой объективный способ демонстрации достигнутых результатов, оценки и сравнения достижений отдельных спортсменов и команд в целом. Оно всегда выступает как кульминационный момент деятельности футболиста, именно в соревновании проявляются все положительные и отрицательные стороны спортивной подготовленности спортсмена.

Структуру соревновательной деятельности в спортивных играх составляют компоненты, которые условно расположены на нескольких уровнях (схема 1).

Верхний уровень (первый компонент) составляет системно-целостное противостояние спортсменов двух команд, в нем представлены все компоненты структуры в их взаимосвязи. Второй компонент составляет командные тактические действия в нападении и обороне. Командные тактические действия являются определяющим фактором для выбора технико-тактических действий и их развития во времени и пространстве. Третий компонент образуют групповые тактические действия в нападении и обороне. В них находят реализацию командные тактические действия. Четвертый компонент структуры составляют индивидуальные технико-тактические действия в нападении и защите. Индивидуальные действия связаны с конкретными групповыми действиями и ими обусловлены. Качество выполнения этого компонента непосредственно отражается на эффективности соревновательной деятельности.

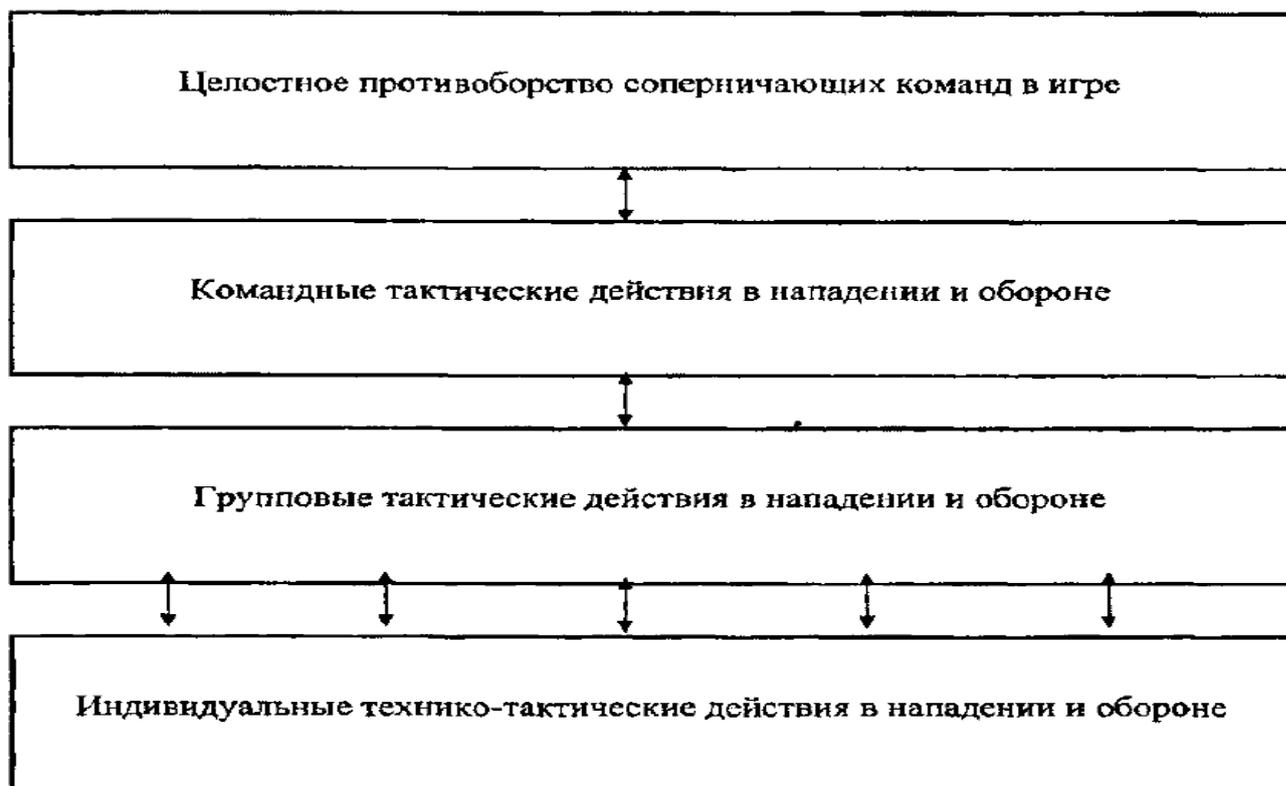


Рисунок 1 - Схема структуры соревновательной деятельности в командных спортивных играх

Физические способности (скоростные, силовые, скоростно-силовые, выносливость, координационные способности, гибкость); психические качества и свойства личности спортсменов; уровень их сформированности степень проявления в условиях соревновательной деятельности; функциональные возможности и морфологические признаки организма спортсмена обеспечивают эффективность и надежность двигательных действий в соревновательной деятельности.

В подготовке спортсмена необходимо учитывать факторы, определяющие эффективность соревновательной деятельности и уровень спортивных достижений

Наиболее значимыми являются следующие факторы:

-оснащенность приемами игры (чем шире арсенал техники игры и совершеннее и эффективнее навыки владения приемами игры, тем выше соревновательный потенциал футболиста);

-оснащенность тактическими действиями (степень совершенства и арсенал тактических действий являются решающим условием реализации технического потенциала);

-«применяемость» технико-тактического арсенала;

-эффективность технико-тактических действий;

-уровень развития физических и психических качеств и способностей, специфичных для соревновательной деятельности.

Первый и второй факторы взаимосвязаны: тактические действия прямо зависят от арсенала техники и технического мастерства, а максимальная реализация арсенала техники в игре полностью зависит от разнообразия тактических действий и тактического мастерства игроков. Поэтому правомерно говорить о технико-тактическом мастерстве игроков.

Взгляд на спортивную подготовку с позиции тренировки дает нам представление о расчлененности спортивного мастерства спортсмена на отдельные стороны его подготовленности (физической, психологической, технико-тактической). В соревнованиях все эти компоненты проявляются в единстве и для управления процессом достижения высшего результата необходимо иметь представление об истинном характере соревновательной деятельности.

Так на основании изучения физиологических показателей игры были выявлены закономерности, помогающие дифференцировать тренировочную и соревновательную нагрузку у футболистов разного амплуа. К примеру, нападающие в силу своих основных игровых обязанностей перемещаются на более высоких скоростях. Они больше, чем футболисты других линий, выполняют нагрузки с субмаксимальной интенсивностью, т.е. в зоне критической мощности (на уровне максимального потребления кислорода).

Регистрация частоты сердечных сокращений (ЧСС) в играх футболистов показала, что ее величина зависит не только от их квалификации, но и игрового амплуа. При этом было выявлено, что ее значение колеблется в довольно широких пределах от 130 до 200 уд/мин.

Футболисты разного игрового амплуа выполняют во время игры разную по характеру работу: полузащитники работают в относительно стационарном режиме, требующем развитие общей выносливости, а крайние защитники и крайние нападающие - скоростной выносливости. Наибольшей величиной физической работоспособности обладают полузащитники - в среднем 24,5 кг м/мин/кг или 69,8 мл/мин/кг, и крайние нападающие - 23,8 кг м/мин/кг или 67,1 мл/мин/кг, а наименьшей - центральные защитники 21,4 кг м/мин/кг или 61,2 мл/мин/кг и вратари - 20,2 кг м/мин/кг или 58,2 мл/мин/кг.

У высококвалифицированных футболистов уровень энергозатрат за игру находится в пределах от 1490 до 1980 ккал. При этом потребление кислорода достигает 68-87% от МПК. Энергостойкость работы у футболистов разного игрового амплуа неодинакова: она наибольшая у полузащитников и крайних нападающих, а наименьшая у центральных защитников.

Наряду с характеристиками двигательной активности важным компонентом соревновательной деятельности в большом футболе является технико-тактическая деятельность, под которой понимается выполнение технических приемов с мячом, направленных на решение индивидуальных, групповых и командных тактических задач.

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. 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 спортсменов-игровиков должна рассматриваться как целостный процесс, в котором изучению и анализу технико-тактических показателей в соревновательной деятельности

уделяется пристальное внимание. Показатели технико-тактической деятельности используются в двух направлениях: для оценки подготовленности своей команды и для сбора информации об игре соперника.

Общий состав соревновательных действий в большом футболе зависит от уровня спортивной квалификации игроков и обусловлен их технико-тактическим арсеналом. Этот показатель имеет динамику по отношению к росту спортивного мастерства спортсменов. Так, молодые футболисты выполняют в играх до 400-600 разнообразных технико-тактических действий. Футболисты высокой квалификации выполняют в среднем до 827 технико-тактических действий за игру. Отмечается, что футболисты юношеских команд за меньшее игровое время в среднем выполняют большее количество технико-тактических действий. Этот факт объясняется отсутствием достаточного игрового опыта, меньшей экономичностью техники, большим количеством технических и тактических ошибок.

Известно, что индивидуальные технико-тактические действия делятся на остановки мяча, передачи мяча, дриблинг (ведение мяча), удары, финты (обводка). Наибольший вклад в суммарный объем технико-тактических действий в большом футболе вносят передачи мяча, которые составляют 50-60% всех технических действий. К ним относятся:

- короткие и средние передачи вперед (100-120 за игру);
- короткие и средние передачи назад и поперек (120-160 за игру);
- длинные передачи (80-100 за игру).

К другой группе технических приемов относятся обводка, отбор и перехват. Обводка составляет в среднем 3-4% всех технических действий. Ее количество у ведущих команд колеблется в пределах 25-40 за игру. Количество отборов находится на уровне 45-50 за игру, перехваты - 60-65 в течение игры. Количество ударов, наносимых командой по воротам, во многом определяет результат матча. Как правило, ведущие сборные наносят

не более 10-18 ударов за встречу, из которых в створ ворот попадает около 50%. Ведение мяча находится в пределах 70-90 действий за игру.

В мини-футболе в отличие от большого футбола соревновательная деятельность имеет свои особенности, связанные прежде всего с правилами игры, размерами площадки и ворот, размерами и особенностями мяча (он меньше и практически не имеет отскока от площадки), количеством игроков на площадке (каждая команда на площадке имеет в своем составе пять игроков), временем игры (два тайма по 20 минут чистого времени).

Все эти факторы существенно влияют на действия футболистов и вынуждают игроков постоянно перемещаться по площадке в поисках выгодной позиции и выполнять большое количество характерных для мини-футбола технико-тактических действий.

Современный этап развития мини-футбола может быть охарактеризован следующими чертами:

- скоростная активность (постоянное использование быстрых атакующих и защитных действий);
- постоянное давление на соперника («прессинг», плотная опека соперника с мячом и без мяча);
- надежные технико-тактические действия в нападении и защите;
- творческая самостоятельность и ответственность игроков.

Знать и уметь, целесообразно игровой ситуации, эффективно и надежно применять изученные технико-тактические действия в условиях спортивной борьбы двух команд - основное требование к квалифицированным игрокам в мини-футболе.

Физиологическое воздействие соревновательной нагрузки в мини-футболе характеризуется расходом энергии, динамикой ЧСС и временем игры в различных пульсовых режимах. В работе С.Н. Петько приведена классификация соревновательных нагрузок в мини-футболе по уровню функциональной активности, дана характеристика и динамика изменений ЧСС у игроков непосредственно в процессе ведения игры.

В ней наблюдается переменная интенсивность нагрузок. С анаэробной интенсивностью ведущие футболисты команды России пробегают за игру 600-800м, затрачивая на это 260-300 сек. игрового времени. Нагрузка с максимальной и субмаксимальной интенсивностью анаэробной направленности (ЧСС-180 уд/мин и более) включала: 16

- ускорения, выполняемые при выходе на свободное пространство;
- рывки, с целью овладения «нейтральным» мячом;
- ускорения при возвращении из зоны атаки в зону защиты;
- ускорения при организации быстрых атак.

К «смешанному» типу нагрузки (ЧСС 150-180 уд/мин) относятся игровые перемещения большой интенсивности аэробно-анаэробной направленности, которые проявляются в соревновательных действиях типа:

- выход на свободное место при позиционном нападении;
- ведение мяча и обводка соперника в движении;
- ускорения с целью перехвата мяча.

С данной интенсивностью футболисты преодолевают 1500-2400м, затрачивая при этом 920-1140 сек. от общего игрового времени.

Нагрузка умеренной интенсивности аэробной направленности (ЧСС - 130-150 уд/мин), наблюдается в следующих двигательных действиях:

- перемещения по площадке, не связанные с ускорениями, характеризующиеся незначительной работой ног;
- выполнение различных технико-тактических действий, не связанных с ускорениями и перемещениями;
- так называемые «простои», вызванные остановками, связанными с нарушением правил или выходом мяча за пределы площадки .

С данной интенсивностью футболисты преодолевают за время игры в среднем около 900-1700 метров, затрачивая на них 500-545 секунд игрового времени проводимого на поле.

Д.М. Конуров отмечает, что соревновательную деятельность в мини-футболе по структуре игры необходимо разбивать на три группы параметров [25].

К первой группе относятся обобщенные показатели, такие, как:

- количество смен игровых звеньев;
- общее время игры звеньев за смену;
- время отдыха звена между сменами;
- общее количество технико-тактических действий звена и команды в целом за смену;
- количество и продолжительность активных и пассивных фаз игры, ос-тановок.

На основании этих данных можно составить общее представление об основных параметрах командной соревновательной нагрузки.

Вторая группа состоит из качественных показателей соревновательной деятельности:

- разнообразие, количество и эффективность атакующих и защитных действий;
- коэффициенты эффективности и надежности технико-тактических действий звена за смену, тайм и игру.

Третья группа показателей дает детальное представление о количественных параметрах индивидуальной соревновательной нагрузки:

- передачи мяча (короткие и средние, в различных направлениях, длинные, прострельные и навесные в штрафную площадь);
- ведения мяча за игру;
- количество обводок соперника;
- отборы и перехваты мяча;
- удары по воротам соперника (с различных дистанций и зон обстрела);
- количество невынужденных потерь мяча;
- количество подстраховок партнеров в защите;

- количество перемещений (рывков, прыжков и ускорений) и интенсивность бега.

Проведенные исследования соревновательной деятельности показали, что наиболее эффективными являются атаки двух типов. Это «быстрая» атака с участием двух игроков и «позиционная» атака при взаимодействии четверки полевых игроков, а порой и пятерых (при замене вратаря игроком-гонялой).

При построении оборонительных действий команд в мини-футболе наиболее эффективными принято считать варианты активного противодействия сопернику. Это, прежде всего, тактика персональной опеки соперника. Она предъявляет повышенные требования к функциональным возможностям игрока.

При организации командой быстрых атак чаще всего реализуют игровое взаимодействие двое реже трое игроков. Причем начало атаки происходит благодаря индивидуальным технико-тактическим действиям футболистов. Организация быстрых атак примерно в 60% случаях приводит к взятию ворот. Считается, что плотность игровых действий в мини-футболе составляет в среднем 1 техническое действие в секунду. Таким образом, одна команда совершает от 1000 до 1300 игровых действий за матч. В ряде исследований технико-тактические действия условно разделяют на простые и сложные действия.

Таблица 1 - Объем и структура технико-тактических действий в мини-футболе в командах высшей квалификации

№	Показатели ТТД	$\bar{X} \pm \sigma$
Простые технико-тактические действия		
1	Остановка - пас	820 \pm 50
2	Удар по воротам	20 \pm 3
3	Ведение	160 \pm 25
Сложные технико-тактические действия		
4	Замах - ведение	3 \pm 0,4
5	Обводка (финт + ведение)	50 \pm 4
6	Пас пяткой	10 \pm 2
7	Подставка	0
8	Опережение (перехват)	3 \pm 0,3
9	Пас верхом	20 \pm 2
10	Пас на «столба»	3 \pm 0,5
11	Игра головой	5 \pm 1
	Всего за матч	1094 \pm113

К первым относятся: остановка - пас; удар по воротам; ведение.

В группу сложных технико-тактических действий входят: замах - ведение; обводка (финт + ведение); пас пяткой; подставка; опережение (перехват); пас верхом; пас на «столба» (игрока, находящегося в центре штрафной площади); игра головой.

Отмечается, что ведущие команды России используют в игре большое количество относительно сложных технических действий. Имеющиеся данные некоторых исследований в мини-футболе выявили показатели командных технико-тактических действий футболистов сборной России. В международных матчах за игру в среднем команда проводила от

73 до 104 атак на ворота соперника, 54% всех атак начинались от своих ворот.

Наиболее эффективными были атаки, начатые из средней зоны (41%) и зоны нападения (28%). При этом применялся быстрый выход из зоны защиты в среднюю зону или зону нападения. Защитники разнообразили свой выход продольно диагональными передачами мяча (66%), ведением мяча и обводкой (24%).

В целом за игру количество проведенных быстрых атак составляло около 46% от общего количества атак, из них 60% привели к взятию ворот.

Атаки позиционного плана составили 40% общего количества атакующих действий и 32% из них достигли цели.

Большую часть времени игровой смены (в среднем 4,5 мин.) игроки перемещаются с ЧСС 165-185 уд/мин. За время отдыха футболиста (до очередного выхода на площадку), который в среднем длился 4,5 мин. ЧСС успевает снизиться до 120-130 уд/мин, а в перерыве между таймами - до 100-120 уд/мин.

В тоже время в некоторых исследованиях в мини-футболе отмечается, что повторная соревновательная нагрузка перед каждым выходом игроков на площадку выполнялась при величине ЧСС 98-160% уд/мин, тогда как после игровой микросерии она составляла 162-174 уд/мин. Количество ошибочных действий игроков не превышало 0,4% за смену. Продолжительность отдыха у игроков перед нагрузочной микросерией была 3- 4минуты. Если отдых игроков равнялся 1,5-2,5минут, то величина ЧСС перед выходом составляла 126-138 уд/мин, что вызвало ее повышение после нагрузки до 180-189 уд/мин и увеличение ошибочных действий до 1,8% в смену. Особенно четко это просматривалось при действиях в сложных игровых ситуациях.

Определено, что игроки команд высшей лиги 86,4% ударов по воротам наносят в створ ворот по ширине площадки до 9метров и глубине - до 20метров, тогда как игроки команд низших лиг 88% ударов по воротам

выполняют по ширине до 9 метров и глубине 16 метров. Выявлено, что в среднем за игру наносится около 44 ударов по воротам. Он отмечает, что в командах высшей лиги реализация ударов по ширине площадки достигает 16 метров и по глубине 12 метров при их средней результативности 17,9% случаев от общего количества ударов.

В процентном соотношении результативность ударов выглядит следующим образом: в зоне до двух метров от ворот забито голов в 23,2% случаев, в зоне 2 – 4 метра - в 19,6% случаев, в зоне 4 – 6 метров - в 20,3% случаев, в зоне 6-8 метров - в 7,1% случаев, в зоне 10-12 метров - в 8,9% случаев, включая и штрафные удары. При этом анализ показывает, что при общей средней результативности ударов с взятием ворот, равной 53,7% случаев, в 22,8% случаях реализация происходит по ширине площадки до 6 метров и глубине площадки до 12 метров, в 17,6% случаев - по ширине 9 метров и глубине 11 метров и в 13,3% случаев - по ширине 16 метров и глубине 10 метров. Кроме того, было выявлено, что наиболее результативными ударами являются удар носком ноги (26,7% случаев) и удар с замыканием штанги (23,3% случаев).

В исследовании отмечается, что результативность ударов зависит от того, в какую часть створа ворот направлен мяч. Данные свидетельствуют о значительно более высокой результативности ударов, направленных в нижнюю треть ворот (56% случаев).

Отмечается также, что тактические схемы расстановки игроков в большинстве наблюдаемых команд примерно в 80% случаев строятся по системе 1+2+2 и в 20% случаев по системе 1+3+1. Констатируется, что такое построение тактических схем связано с подбором игроков, особенно нападающего плана, и зависит от тактики игры соперника. В одном матче в среднем проводится от 6 до 11 контратак в зависимости от класса команды.

В тактике команд, особенно при проигрывании и равном счете, когда команда проводит атаку и находится на половине поля соперника, превалирует игра в большинстве случаев с участием вратаря (7%) и заменой

вратаря на нападающего (30%), что является весьма эффективным средством против зонной защиты [40].

Приведенные данные целостно характеризуют основные составляющие соревновательной деятельности в большом футболе и мини-футболе. Таким образом, можно констатировать, что мини-футбол, являясь самостоятельным видом спорта, существенно отличается от большого футбола по структуре соревновательной деятельности, по объему и плотности применяемых технико-тактических действий. В связи, с этим мини-футбол предъявляет высокие требования ко всем сторонам спортивной подготовленности футболистов, в том числе (что особенно важно) и к индивидуальному технико-тактическому мастерству спортсменов.

1.2 Техничко-тактическая подготовка в обеспечении соревновательной результативности футболистов

Техническая подготовка является одной из основных сторон спортивной тренировки Л.П.Матвеев. Ее определяют, как ту сторону подготовки спортсмена, которая направлена на освоение системы движений, соответствующей особенностям данной спортивной дисциплины и достижения высоких спортивных результатов. Техническую подготовленность нельзя рассматривать изолированно. Ее следует представлять как составляющую единого целого, в котором технические решения тесно взаимосвязаны с физическими, психическими, тактическими и другими возможностями спортсмена, а также с конкретными условиями внешней среды, в которой выполняется спортивное действие.

Развитие тактики игры, изменение правил соревнований, спортивного инвентаря и т.д. заметно влияют на содержание технической подготовленности спортсменов. В то же время средствами спортивной тактики являются все технические приемы и способы их выполнения. Техническая подготовка тесно связана с тактической подготовкой, зависит от последней и влияет на ее развитие.

В научно-методической литературе по футболу при анализе соревновательных действий спортсменов с мячом одни и те же приемы некоторые специалисты называют «тактико-техническими действиями», другие применяют термин «техничко-тактические действия».

В основе этих, на наш взгляд несущественных разногласий лежит вопрос: «Что является первичным при действиях с мячом - техника или тактика?» В футболе чаще всего обе стороны подготовки спортсмена называют техничко-тактической подготовкой. Поэтому при анализе литературных и собственных данных мы применяли термин «техничко-тактическая деятельность» и «техничко-тактическая подготовленность». В

структуре технико-тактической подготовленности спортсмена выделяют базовую подготовленность и дополнительную.

Базовую подготовленность составляют индивидуальные технико-тактические действия, представляющие основу оснащенности данного вида спорта, без которых невозможно эффективное ведение соревновательной борьбы. Их освоение является неременным условием для любого спортсмена.

Дополнительная технико-тактическая подготовленность - это второстепенные действия, которые характерны для отдельных спортсменов и связаны с их индивидуальными особенностями. Именно дополнительные действия во многом определяют индивидуальную манеру, игровой стиль спортсмена. На уровне высшего спортивного мастерства дополнительные движения, определяющие индивидуальность конкретного спортсмена, могут оказаться решающим фактором, определяющим результативность технико-тактических действий в игре.

Специалисты отмечают необходимость постоянного повышения уровня технико-тактической подготовленности спортсмена в соответствии с требованиями вида спорта. Высокий уровень технико-тактической подготовленности спортсмена обуславливается, прежде всего, результативностью техники, которая включает в себя следующие требования:

- эффективность - (соответствие техники решаемым задачам и высоким конечным результатам, уровню физической, тактической и психологической подготовленности);

- стабильность - (помехоустойчивость, независимость от условий соревнований, функционального состояния спортсмена);

- вариативность - (способность к оперативной коррекции техники в зависимости от условий соревновательной борьбы);

- экономичность - (рациональное использование энергии, целесообразное использование времени и пространства при выполнении приемов и действий);

- минимальная тактическая информативность для соперника - (маскировка тактических замыслов и неожиданность технических действий).

Стабильность навыков технических действий у высококвалифицированных спортсменов позволяет им успешно и надежно выступать на ответственных соревнованиях.

Под «надежностью» технико-тактических действий спортсменов Л.П.Матвеев понимает комплексный результат совершенствования его навыков и способностей, гарантирующий высокую эффективность действий вопреки возникающим внешним и внутренним помехам (помехоустойчивость). Надежность - это такое комплексное внутреннее свойство спортсмена, которое позволяет стабильно и эффективно выступать на соревнованиях в течение всего соревновательного периода.

Надежность соревновательной техники футболистов можно рассматривать как высокую вероятность реализации в соревнованиях результата, соответствующего максимальному или адекватному проявлению функциональной и специальной подготовленности к конкретным соревновательным целям, малую вероятность срыва в специфических условиях деятельности, также безотказную реализацию в условиях соревнований, соответствующую по результативности обычной тренировочной деятельности.

Требованиями сегодняшнего дня применительно к технико-тактическим действиям футболистов являются быстрота и надежность, простота и эффективность. В последнее время специалисты футбола отмечают определенное отставание отечественных спортсменов от лучших зарубежных игроков в технике владения мячом. При этом в качестве отдельных компонентов отставания отмечается, в частности, способность

эффективно и надежно выполнять действия, связанные с обработкой мяча и контролем над ним в усложненных условиях.

Характерно, что подобное положение специалисты отмечают при равном, а нередко, 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.

Команда, желающая добиться успехов, должна играть быстро, то есть должна иметь в своем составе таких игроков, которые владеют рациональной техникой и сочетают ее с быстротой передвижения. В этой связи многие специалисты футбола используют термин «скоростная техника».

В работах Г.М. Гаджиева, А.К. Белякова, А.Е. Бабкина посвященных проблемам технико-тактической подготовки футболистов, отмечается, что большое количество ошибок тактического характера в большей степени объясняются недостаточным уровнем индивидуальной технико-тактической и физической подготовленности игроков.

Борьба между нападением и защитой может быть решена в пользу нападения только с помощью отточенной техники, основой которой являются финты, дриблинг (ведение мяча) и скрытые передачи. По мнению специалистов, при массивной защите могут быть созданы голевые ситуации только с помощью рациональной, быстрой и точной обработки мяча. В таких условиях, как правило, лишь с помощью уверенной обводки игрок с мячом или его партнеры могут выйти на ударную позицию.

В некоторых исследованиях отмечается, что на соревновательную результативность футболистов оказывает влияние разносторонность технико-тактических действий. В свою очередь показатели разносторонности технико-тактических действий в условиях соревновательной деятельности подвержены вариативности и зависят от ряда факторов:

- волевой установки, которая определяется значимостью матча и, следовательно, конкретным результатом;
- частных задач, стоящих перед отдельным футболистом;
- квалификации соперника;
- уровня подготовленности своей команды и некоторых других показателей.

Подчеркивается, что уровень тренировочной разносторонности технико-тактических действий футболистов должен соответствовать соревновательному уровню технико-тактических действий.

По мнению специалистов, для результативной соревновательной деятельности в мини-футболе, команда должна иметь в своем составе игроков, обладающих эффективными атакующими действиями, способных надежно, без потерь мяча, проводить быстрые атаки с участием двух-трех футболистов, розыгрыш атак позиционного плана и стандартных положений, основанных на опережении соперника в перемещениях и высоком индивидуальном технико-тактическом мастерстве.

Наиболее результативными считаются два варианта атакующих технико-тактических действий. Первый вариант предполагает преимущественно быстрый розыгрыш мяча, быстрый переход от активных оборонительных действий к атакующим, максимальную динамику атаки и высокую плотность ударов по воротам.

Другой вариант отражает более «вязкий» характер атакующих действий, обеспечивающий более тщательную подготовку завершающего удара, основанную на сложных для соперника игровых взаимодействиях и быстрых перемещениях без мяча и с мячом. Вполне естественно, что реализация подобной скоростной тактики и манеры ведения игры требует повышенного внимания не только к уровню специальных физических качеств, но и к степени исполнительского мастерства каждого футболиста.

Некоторые специалисты в проведенных исследованиях соревновательной деятельности в мини-футболе выделяют другие

тактические варианты ведения игры и считают, что основными вариантами являются быстрый розыгрыш мяча и индивидуальные обманные движения («финты»), позволяющие создавать численное преимущество на различных участках атаки. Они также отмечают, что для реализации этих тактических схем требуется высокая технико-тактическая подготовленность каждого футболиста участвующего в атаке.

Многими авторами в своих исследованиях отмечается, что технико-тактическая подготовка, влияющая на соревновательную результативность футболистов, невозможна без наличия так называемой обратной связи, то есть контроля и оценки игровых действий спортсмена в ходе отдельного матча и соревнований в целом.

Контроль и оценка соревновательной деятельности в спортивных играх, как правило, рассматривают два направления: оценка интенсивности и объема двигательной активности и оценка количества и качества выполненных технико-тактических действий в игре.

Первая группа показателей характеризует уровень специальной физической и функциональной подготовленности спортсменов.

Вторая группа показателей - уровень технической и тактической подготовленности отдельных игроков и команды в целом.

М.А. Годик, Ю.А. Морозов разработали методики регистрации количественных показателей, которые отражают объем и разносторонность технико-тактических действий в футболе.

Они предложили регистрировать следующие технико-тактические действия (показатели): ведение; передачу мяча (короткие, средние и длинные); обводку; отбор; перехват; игру головой; удары по воротам (головой или ногой); штрафные и угловые удары.

Однако эти методики имеют один недостаток: они не учитывают эффективность (качество) индивидуальных игровых действий с мячом, исходя из целесообразности оперативной тактической ситуации в игре. Поэтому некоторые специалисты, решив повысить информативность результатов

регистрации игровых действий, применили различные по величине оценочные коэффициенты.

Так, М.А. Годик, Г. М. Гаджиев, Г.Н. Зонин ввели коэффициент оценки эффективности и надежности индивидуальных и групповых игровых действий, который рассчитывается по формуле:

где К - коэффициент надежности и эффективности; х- количество набранных баллов; с - максимальное возможное количество баллов.

Оценку эффективности предлагалось проводить при помощи трех величин (0,1,2), которые заносились на магнитофонную ленту в зависимости от результата каждого игрового действия. Расчет коэффициента надежности и эффективности показывал, что у ведущих европейских команд его величина колеблется от 0,60 до 0,70.

Такой же подход к оценке игровой деятельности применяли Э. Баткин и П. Капличный, которые, однако, расширили градацию шкалы оценок эффективности игровых действий от 1 до 6 баллов:

- передача мяча, единоборства (+1 балл);
- удар мимо ворот, передача, в результате которой создана опасная ситуация у ворот соперника (+2 балла);
- удар в створ ворот, передача, в результате которой забит гол в ворота противника (+3 балла);
- действия футболиста, в результате которого назначен 11-метровый штрафной удар (+4 балла);
- результативный удар в ворота (+6 баллов);
- грубая техническая ошибка (-2 балла);
- нереализованный 11-метровый удар (-5 баллов);
- грубая технико-тактическая ошибка, в результате которой мяч забивается в собственные ворота (-6 баллов).

По методике, разработанной В.С. Левиным, коэффициент надежности и эффективности игровых действий определяется по формуле:

$$Kn=(x-y)/x$$

где x - сумма положительных баллов;

y - сумма отрицательных баллов.

Этот коэффициент предлагается рассчитывать в зависимости от условий игровой напряженности: простой, усложненной и сложной.

Простая игровая напряженность оценивается - точное действие +1 балл, неточное в -5 баллов.

Усложненная игровая напряженность оценивается - точное выполнение +3 балла, неточное в -3 балла.

Сложная игровая напряженность - точное действие оценивается в +5 баллов, неточное в -1 балл.

Другими авторами эффективность и надежность игровых действий оценивается на основе показателя брака: отношение удачного (точного) выполнения к общему количеству выполненных приемов данного вида. Коэффициенты надежности и эффективности игровых действий в соревновательных и тренировочных играх вычислялись для каждого игрока в отдельности. Контроль динамики этих коэффициентов, определенных в результате анализа соревновательных матчей, дает возможность коррекции технико-тактических действий футболистов.

Технико-тактическая подготовленность футболистов - один из важнейших показателей, характеризующих уровень мастерства квалифицированных спортсменов. Только с помощью эффективного применения технико-тактических действий можно добиться положительного результата.

Технико-тактическая подготовленность квалифицированных футболистов в немалой степени трансформируется, усложняется в связи с изменениями особенностей и специфики соревновательной деятельности. Направленному совершенствованию в тренировочном процессе должны подвергаться те стороны техники и тактики игры, которые учитывают специфичность вида спорта и дают наибольший вклад в повышение эффективности технико-тактических действий футболистов в процессе

соревновательной деятельности. Поэтому данной стороне технико-тактической подготовки квалифицированных футболистов необходимо уделять самое серьезное и пристальное внимание.

1.3 Теоретические подходы к совершенствованию технико-тактической подготовки в футболе и мини-футболе

Высокий и все возрастающий уровень соревновательных результатов в спортивных играх чаще всего связывают с совершенствованием системы спортивной подготовки. В настоящее время основным резервом совершенствования системы спортивной тренировки принято считать объективизацию знаний о структуре соревновательной деятельности и подготовленности с учетом общих закономерностей становления спортивного мастерства и индивидуальных возможностей спортсмена.

В том числе предусматривается ориентация на индивидуальные и групповые модельные характеристики соревновательной деятельности и подготовленности, соответствующую систему подбора и планирования средств педагогического воздействия, контроля и коррекции тренировочного процесса.

Это положение создает необходимые условия для рационального управления состоянием спортсмена и протекания адаптационных изменений, обеспечивающих соответствие уровня подготовленности спортсмена планируемой структуры соревновательной деятельности и заданного спортивного результата.

Система подготовки футболистов - явление многофакторное, и совершенствование технико-тактической подготовки во многом определяется:

- оптимизацией тренировочной деятельности на основе моделирования технико-тактических действий;
- разработкой эффективных программ и методик технико-тактической подготовки;
- наличием высокопрофессиональных тренерских кадров, имеющих глубокую теоретико-методическую подготовку и обладающих навыками организации и управления тренировочным процессом;

- повышением эффективности самостоятельной работы по повышению технико-тактического мастерства.

Считается, что особенности вида спорта являются одним из основных факторов, влияющих на структуру технико-тактической подготовки спортсменов. Специалисты в области теории и методики спорта выделяют общую техническую и специально-техническую подготовку'. Общая техническая подготовка направлена на расширение объема двигательных умений и навыков и воспитание двигательно-координационных способностей, которые содействуют техническому совершенствованию в избранном виде спорта.

Специальная техническая подготовка сконцентрирована на овладении умениями и навыками соревновательных действий, которые дают спортсмену возможность с большой эффективностью использовать свои индивидуальные возможности в соревнованиях и обеспечивают дальнейший рост технического мастерства.

Специалистами отмечается, что большую роль спортивная техника имеет в видах спорта типа единоборств и спортивных играх, где обучение технике ведется одновременно и непрерывно с обучением тактике.

Процесс обучения технике в спортивных играх подразделяют на несколько этапов:

- формирование знаний;
- формирование двигательных умений;
- формирование двигательных навыков.

При овладении техникой какого-либо двигательного действия сначала возникает умение его выполнять, затем, по мере дальнейшего углубления и совершенствования, умение постепенно переходит в навык. Умение выполнять новое двигательное действие возникает на основе следующих предпосылок: минимума основных знаний о технике действия; наличия двигательного опыта; достаточного уровня физической

подготовленности; творческого мышления в процессе построения новой системы движений.

В процессе формирования двигательного умения происходит выбор оптимального движения под контролем сознания. Многократное повторение двигательного действия приводит к формированию навыка, то есть уровень владения техникой позволяет управлять движениями автоматизированно. Сформированные двигательные навыки после частого и стереотипного повторения стабилизируются.

Формирование и дальнейшее совершенствование эффективных технико-тактических действий в спортивных играх является решающим фактором успешной соревновательной деятельности. Формирование двигательного навыка протекает в соответствии с рядом законов: закон изменения скорости в развитии навыка, закон «плато» (задержки) в развитии навыка, закон отсутствия предела в развитии навыка, закон переноса навыка и др. В связи с этим необходимо отметить, что угасание навыка происходит, когда он длительное время не повторяется, а также то, что совершенствование двигательного действия практически продолжается на протяжении всего времени занятий в избранном направлении физического воспитания.

Важно и то, что при положительном переносе ранее сформированный навык способствует, облегчает и ускоряет процесс становления нового навыка. Закономерности переноса двигательных навыков следует строго учитывать при определении последовательности (очередности) освоения техники разнообразных движений, особенно в таких видах, как гимнастика, акробатика, спортивные игры.

Специалистами футбола отмечается, что технико-тактическая подготовка в футболе 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 этапе спортивной подготовки.

Основные компоненты технико-тактических действий формируются в процессе многолетней подготовки футболистов и приобретают особую значимость с ростом спортивного мастерства, повышением квалификации. В литературе одним из методических требований к технико-тактической подготовке в спортивных командных играх считается положение, согласно которому спортсмена необходимо сначала обучать индивидуальным действиям, а лишь затем групповым и командным. Поэтому технико-тактическая подготовка (теоретическая и практическая), осуществляемая в тренировочном процессе, включает три основных направления - изучение, формирование и совершенствование индивидуальных, групповых и командных действий.

При этом необходимо отметить, что индивидуальное мастерство совершенствуется при выполнении заданий, характерных для всех трех направлений. Соотношение этих видов технико-тактической подготовки в рамках годичного цикла подготовки связано, прежде всего, с этапом многолетних занятий, а также задачами, решаемыми в каждом звене тренировочного процесса.

Упражнения по формированию и совершенствованию технико-тактического мастерства игроков в тренировочных занятиях планируется в разных вариантах. Например, в большом футболе чаще всего применяются два основных варианта. Первый - когда в занятиях с помощью нескольких упражнений, различных по форме и числу принимающих в них участие спортсменов, решается одна технико-тактическая задача. Вторым вариантом, когда в одном занятии применяются упражнения для осуществления разных технико-тактических задач.

Многие специалисты большого футбола отмечают и то, что при многократном выполнении таких упражнений совершенствуются физические качества и технико-тактические действия. Особенно это касается процесса подготовки высококвалифицированных спортсменов. В этом случае совершенствование технико-тактических действий игроков

идет с соревновательной или близкой к соревновательной интенсивностью, что позволяет параллельно совершенствовать уровень специальных физических качеств. Рациональное построение тренировочного процесса регламентируется целесообразным чередованием определенным образом построенных периодов (этапов) подготовки, с целью развития спортивной формы.

Освоение новых форм и вариантов техники и тактики, их закрепление и совершенствование происходят в зависимости от закономерностей приобретения, сохранения и дальнейшего развития спортивной формы в рамках больших циклов тренировки (годовых и полугодовых). Этапы технико-тактической подготовки должны соответствовать общей структуре. В годовом цикле тренировки можно выделить три этапа.

1-й этап соответствует первой половине подготовительного периода больших тренировочных циклов, когда вся подготовка спортсмена подчинена вопросам становления спортивной формы. Это этап создания модели новых технико-тактических соревновательных движений (ее улучшения, практического освоения, разучивания отдельных элементов, входящих в состав соревновательных действий) и формирования их общей координационной основы;

2-й этап направлен на углубленное освоение и закрепление целостных навыков соревновательных действий как компонентов спортивной формы. Он охватывает значительную часть второй половины подготовительного периода больших тренировочных циклов (специально-подготовительный, предсоревновательный этапы);

3-й этап. Техничко-тактическая подготовка строится в рамках непосредственной предсоревновательной подготовки квалифицированных футболистов и направлена на совершенствование приобретенных навыков, моделирование соревновательных действий, увеличение диапазона их целесообразной вариативности и степени надежности применительно к

условиям основных соревнований. Этот этап начинается с завершающей части подготовительного периода и распространяется на весь соревновательный период.

В процессе формирования и совершенствования технико-тактических действий постоянно возникают ошибки, зависящие: от двигательной неточности; дефекта обучения; необычности условий; психогенного фактора; случайности. Их своевременное выявление и установление причин возникновения в большей мере обуславливает эффективность процесса совершенствования технико-тактической подготовки в спортивных играх.

Совершенствование технико-тактического мастерства футболистов проходит более эффективно, если учитываются факторы, которые влияют на успешность процесса технико-тактической подготовки. К ним относятся:

- уровень развития специальных физических качеств;
- уровень овладения техникой приемов и способами их выполнения;
- уровень овладения индивидуальными тактическими действиями при выполнении технических приемов;
- надежность опорно-двигательного аппарата и систем организма, несущих основную нагрузку при многократном выполнении технико-тактических действий в игре;
- владение системой знаний.

С учетом этих факторов совершенствование технико-тактической подготовки может идти в следующей последовательности:

1. Развитие специальных физических способностей, звеньев опорно-двигательного аппарата (подготовительные и общеразвивающие упражнения).
2. Овладение движениями, составляющими прием игры (подводящие упражнения).
3. Соединение частей (движений) в целостный акт приема игры (упражнения по технике игры).

4. Совершенное овладение способами реализации приема игры и умение полностью использовать высокий уровень специальных физических качеств (упражнения по технике и тактике).

5. Умение эффективно и надежно применять технические приемы и их способы в игре с учетом конкретной игровой обстановки (двухсторонние игры и соревнования).

Используемые средства - специально-подготовительные, подводящие упражнения, упражнения по технике и тактике, в конечном счете, объединяются в специальные задания, которые ставятся перед спортсменом в игре (соревнованиях).

На эффективность совершенствования технико-тактической подготовки влияют также особенности избранного вида спорта, общая структура тренировочного цикла, уровень предварительной подготовленности и индивидуальные особенности футболиста.

Точность, интенсивность и надежность управления движениями и двигательными действиями зависят от уровня развития и особенностей функционирования ряда психических процессов: психомоторных реакций, зрительных, слуховых, тактильных и особенно мышечно-двигательных ощущений, восприятий, представлений, мышления и внимания. Эти психические процессы являются той базой, на которой только и может совершенствоваться технико-тактическая подготовленность спортсменов.

Особая роль в процессе совершенствования технико-тактической подготовки высококвалифицированных спортсменов принадлежит идеомоторной тренировке, то есть мысленным представлениям спортсмена о движениях. Они выполняют важнейшие функции: программирующую, тренирующую и регулирующую. И если первая является основой при овладении новым двигательным действием (на начальных этапах занятий спортом, в процессе становления двигательных действий), то другие две чрезвычайно существенны и на стадии совершенствования, и на этапе высшего спортивного мастерства.

Многочисленные исследования показывают, что идеомоторное (при помощи представлений) выполнение упражнений дает тренирующий эффект. Он особенно возрастает, когда идеомоторная тренировка совмещается с реальной тренировкой, т.е. когда реальному выполнению двигательного действия предшествует его мысленное выполнение.

Идеомоторный метод тренировки можно использовать как вспомогательное средство, разумно чередуя его с другими методическими приемами. Внесение в план тренировки идеомоторной подготовки способствует активации сознательной деятельности спортсменов в процессе освоения и совершенствования технико-тактических действий, в результате чего повышается эффективность обучения, возрастает плотность тренировочного занятия.

Представления о движениях могут быть использованы высококвалифицированными спортсменами не только с целью совершенствования технико-тактических действий, но и тогда, когда возникает необходимость в переделке двигательного навыка, лежащего в основе техники выполнения упражнения, когда надо исправить ставшую привычной ошибку.

В спортивных играх часто возникают ситуации, при которых одну и ту же задачу спортсмен может решить с помощью различных, одинаково хорошо освоенных двигательных действий. В результате спортсмен выполняет нечто среднее между двумя возможными действиями. Это распространенное в спорте явление называется репродуктивным торможением двигательных навыков. Снизить его влияние можно с помощью идеомоторной тренировки, с помощью представлений о движениях.

Применение идеомоторной тренировки тесно связано с умением сосредоточивать сознание на определенных двигательных действиях, то есть с умением произвольно концентрировать внимание. Отсюда следует, что совершенствование такого умения тоже является одним из моментов,

способствующих эффективному совершенствованию технико-тактического мастерства спортсмена.

Одним из важнейших методических условий совершенствования технико-тактического мастерства футболистов являются взаимосвязь и взаимозависимость структуры движений и уровня развития физических качеств. Соответствие уровня физической подготовленности спортсмена уровню владения его спортивной техникой - важнейшее положение методики технико-тактической подготовки в спорте.

Физическая подготовка, как один из разделов системы спортивной тренировки, соотносится с воспитанием основных физических качеств человека. Они необходимы ему в спортивной деятельности. К этим качествам относят, как правило, силовые, скоростные и координационные способности, выносливость и гибкость, а так же некоторые комплексные их проявления (скоростно-силовые, скоростная выносливость ит.д.).

По мнению Ж.К. Холодова и В.С. Кузнецова физическая подготовленность характеризуется возможностями функциональных систем организма спортсмена, обеспечивающих эффективную соревновательную деятельность уровнем развития основных физических качеств - быстроты, силы, выносливости, ловкости (координационных способностей) и гибкости.

Важной особенностью физической подготовки является органичное сочетание двух ее сторон - общей и специальной физической подготовки. Общая физическая подготовка должна обеспечивать положительный перенос тренировочного эффекта с подготовительных упражнений на соревновательные действия в избранном виде спорта.

Специальную физическую подготовку определяют как воспитание физических способностей и их сочетание, являющиеся специфической предпосылкой достижений в избранном виде спорта. Общая и специальная физическая подготовка являются неотъемлемыми частями всесторонней физической подготовки спортсменов практически на всех этапах

многолетнего процесса спортивного совершенствования. С повышением уровня спортивной квалификации роль физической подготовки не уменьшается, применяемые средства и методы обретают определенную специальную направленность.

Игра футболистов ведущих команд мира отличается заметным ростом интенсификации, проявляющейся в возрастании напряженности борьбы в игровых эпизодах, в сокращении до минимума пассивных фаз в действиях каждого футболиста и, напротив, увеличение активных фаз до максимума, в возрастании количества ударов по воротам соперника, в значительном разнообразии форм атакующих действий и использовании активных форм обороны. На площадке убыстряется и перемещения игрока, и полет мяча, и выполнение технических приемов и тактических комбинаций.

Быстрота - это «... способность человека совершать двигательные действия в минимальный для данных условий отрезок времени».

В ходе игры быстрота футболистов проявляется в скорости реакции и в выполнении движений. В связи с совершенствованием игры, увеличением интенсивности игровых действий и, как следствие, уменьшением времени и свободного игрового пространства быстрота приобретает еще большее значение. Быстрота выполнения двигательных приемов в современном мини-футболе имеет исключительную значимость.

Тот, кто не владеет быстротой в выполнении технических приемов, всегда будет выходить из лимита времени и может оказаться за бортом современного футбола.

О.П. Базилевич, в своем исследовании отмечает, что одним из путей повышения результативности современного футбола является интенсификация игровых действий команды, которая достигается за счет быстроты обработки и передачи мяча. Необходимо отметить, что недостаточное формирование качества быстроты снижает устойчивость овладения техническими приемами.

Некоторыми авторами отмечается, что в практике приходится встречаться с комплексным проявлением быстроты. Поэтому правомерно говорить, что быстрота с внешней стороны характеризуется скоростью (быстротой) двигательной реакции на внешний раздражитель (соперник, партнер, мяч), темпом (частотой) мышечных сокращений и скоростью одиночного движения. Сочетание этих трех форм определяет все случаи быстроты.

Исследования специалистов показали, что скоростные способности футболистов складываются из следующих форм проявления:

- времени от момента появления сигнала до момента активности в мышцах ног (латентный период реакции);
- времени от момента начала движения до полного ухода с места (заключительный или эффекторный период реакции);
- времени старта в сложной игровой ситуации, которое зависит от трех параметров: реакции на движущийся объект, реакции выбора и стартового усилия футболиста;
- быстроты стартового разгона;
- быстроты выполнения технического приема;
- быстроты переключения от одного двигательного действия к другому.

Во время матча футболист сталкивается с постоянно меняющейся игровой ситуацией, которую он должен моментально оценить, проанализировать, принять правильное решение, а затем эффективно его осуществить. Очевидно, быстрота - это целый комплекс проявлений организма спортсмена биохимических, морфологических, физиологических функций.

Быстрота является очень сложным процессом. В нем можно выделить нервный и мышечный компоненты. Первый состоит в передаче нервных импульсов и активности головного мозга, а второй связан со скоростью сокращения мышц. Когда упражнение является

кратковременным и отличается высокой интенсивностью, определяющим является нервный компонент, поскольку он влияет на эффективность и экономичность движений.

Большую роль в проявлении качества быстроты играет психологическая готовность к концентрации волевых усилий в момент выполнения движения, настрой спортсмена на быстро меняющийся характер работы. Таким образом, можно констатировать многофакторность качества быстроты. Эти факторы определяют возможности проявления быстроты.

В футболе необходима интегральная быстрота, то есть не только скорость передвижения, но и скорость технико-тактических действий, скорость мышления. В связи с этим в тренировке квалифицированных футболистов таким упражнениям необходимо уделять внимание в первую очередь.

Таким образом, развитие такого качества, как быстрота, оказывает существенное влияние на эффективность процесса совершенствования технико-тактической подготовки футболистов.

Е.Л.Митин отмечает, что в мини-футболе в процессе совершенствования технико-тактической подготовки квалифицированных футболистов следует учитывать не только данные технической и тактической подготовленности игроков, но и степень их реализации в соревнованиях. Оценка технико-тактических действий конкретного игрока в контрольных и соревновательных играх дает возможность определять пути дальнейшего совершенствования технико-тактической подготовки футболиста и команды в целом.

Такие данные конкретизируют представления о том, что для реализации командных тактических замыслов требуются определенные, специфичные проявления индивидуальной технико-тактической подготовленности футболистов. Естественно для совершенствования процесса технико-тактической подготовки мини - футбольных команд

необходимо иметь не только информацию об уровне технико-тактической подготовленности игроков, но и информацию о тех специфичных требованиях, которые предъявляет соревновательная деятельность в мини-футболе.

Исходя из технико-тактической направленности соревновательной деятельности подбор тренировочных средств предполагается осуществлять с учетом следующих требований, которые предъявляет соревновательная деятельность в мини-футболе:

- упражнения, направленные на совершенствование быстрых атак;
- упражнения, направленные на совершенствование позиционных атак;
- упражнения, направленные на совершенствование навыков контроля и владения мячом;
- упражнения, совершенствующие выполнение технико-тактических действий при единоборствах.

При определении дозировок упражнений, направленных на совершенствование технико-тактической подготовленности футболистов, признается необходимым учитывать возраст игроков, спортивную квалификацию, стаж занятий, уровень спортивной подготовленности и потенциальные возможности их повышения.

На основе выявленной структуры игры и некоторых параметров соревновательных нагрузок высококвалифицированных игроков в мини-футболе можно полагать, что в тренировочном процессе в мини-футболе предпочтение отдается использованию тренировочных средств, в большей степени направленных на сопряженное совершенствование физических качеств и технико-тактического мастерства спортсменов упором на специальную физическую подготовку.

В некоторых исследованиях специалистов мини-футбола отмечается, что управление командой в соревновательном периоде, особенно между турами, на основе применения модельных микроциклов в которых

учитывается коррекция недостаточно развитых спортивно-значимых физических качеств, является одним из путей повышения эффективности управления тренировочным процессом. В этих исследованиях основное внимание уделяется проблеме развития специальных физических качеств: специальной (скоростной) выносливости и быстроте в процессе выполнения сложно-координированных упражнений на фоне решения технико-тактических задач.

В работе Д.М. Конурова рассматривается целенаправленная физическая подготовка мини-футболистов в годичном тренировочно-соревновательном цикле в зависимости от стратегии избранной тактики, позволяющая оптимизировать спортивную подготовку в мини-футболе к выполнению эффективной соревновательной деятельности. В исследовании отмечается, что рационализация соотношения физической и технико-тактической подготовки в мини-футболе является одним из основных факторов общей эффективности и соревновательной результативности спортивной деятельности в мини-футболе. Отмечается отсутствие в научно-методической литературе данных по всем разделам подготовки мини-футбольных команд - физической, технико-тактической и психической, их взаимосвязи и соотношениях в связи, с чем обращается в работе к специальной литературе по видам спорта, смежным с мини-футболом, таких, как футбол, баскетбол, гандбол, хоккей.

Некоторые авторы исследовали соревновательные нагрузки на основе динамики ЧСС и технико-тактическую деятельность квалифицированных игроков в мини-футболе. В них отмечается ведущая роль оценки данных соревновательной деятельности конкретного игрока в определении путей дальнейшего совершенствования технико-тактической подготовки футболиста и команды в целом.

В ряде работ методического характера, посвященных мини-футболу, раскрываются особенности и некоторые аспекты оборонительных и атакующих действий в мини-футболе, реализации стандартных положений,

подбора специальных технико-тактических упражнений для подготовки мини - футбольных команд. Однако в них не затрагиваются те стороны совершенствования технико-тактической подготовки квалифицированных футболистов, которые учитывали бы требования, предъявляемые к двигательным действиям спецификой соревновательной деятельности в мини-футболе. Более того, в этих работах нередко встречаются упражнения и организационные установки, используемые путем заимствования из большого футбола.

Анализ немногочисленной научно-методической литературы, посвященной мини-футболу, показал, что повышение соревновательной результативности квалифицированных спортсменов в мини-футболе осуществляется в основном за счет достижения высокого уровня специальной физической подготовки, развитию специальных физических качеств (быстроты, скоростно-силовой и скоростной выносливости, координационным способностям и т. д.).

Таким образом, в настоящее время приходится отмечать явный недостаток исследовательской информации в вопросах технико-тактической подготовки квалифицированных спортсменов в мини-футболе, в основе которой лежит формирование специфических технико-тактических действий, характерных для соревновательной деятельности в мини-футболе.

ВЫВОД ПО 1 ГЛАВЕ .

История развития мини-футбола показала, что возникнув из уличных баталий он в настоящее время стал одним из самых популярных видов спорта среди всех слоев населения. Чтобы игра приняла более четкую, понятную и регулируемую форму появляется необходимость создания правил игры, у истоков которых стоял Мигель Голан Торрес и Хосе Бонетти. Создатели первого свода Правил игры в мини-футболе. Создание нормативного документа как Правила мини-футбола было продиктовано постоянными конфликтами, спорами и травмами игроков.

В данной главе мы, изучая научно-методическую литературу, обращали внимание на методику обучения судейству, на средства и приёмы предлагаемыми ведущими исследователями в области мини-футбола, на важность специальной подготовки футбольных арбитров, на особенности использования практических упражнений в подготовке судей. Также была рассмотрена история возникновения мини-футбола в мире, как автономного вида спорта, а так же история возникновения и распространения игры в СССР и в России.

На основе проведённого анализа литературных источников, мы сформировали педагогический эксперимент, обоснование и результаты которого приведены во второй главе.

ГЛАВА 2. ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1 Задачи исследования

В ходе достижения поставленной цели решались следующие задачи исследования:

1. Изучить и проанализировать научно-методической литературу по проблеме исследования.
2. Разработать методику развития технико-тактических качеств футболистов 12-14 лет с применением игрового метода.
3. Оценить эффективность методики развития скоростно-силовых качеств футболистов 12-14 лет с применением игрового метода.

2.2 Методы исследования

При написании работы для решения поставленных задач использовались следующие методы:

Метод анализа литературных источников.

Педагогический эксперимент.

Педагогическое наблюдение.

Анкетный опрос.

Методы математической статистики.

Метод анализа литературных источников.

Основное внимание было направлено на исследование литературы, посвященной особенностям классификации тактики игры нападения в мини-футболе, тактике нападения, рассмотрены средства и методы обучения тактическим действиям в мини-футболе, а так же анатомо-физиологические характеристики обучающихся 12-14 лет. Во время метода анализа литературных источников была сформулирована тема, поставлены цель и задачи исследования.

Анализ научно-методических источников показал, что тактические действия в мини-футболе имеют немаловажное значение, для юношей

12-14 лет тактическое обучение является одним из самых трудных разделов обучения.

Педагогический эксперимент.

Педагогический эксперимент проходил на базе ОГАУ “ОБЛАСТНАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ПО ФУТБОЛУ” город Челябинск. Исследование проходило.

В эксперименте принимали участие обучающиеся 12-14 лет, в составе 13 человек, которые в итоге вошли в состав экспериментальной группы исследования. В ходе эксперимента была апробирована эффективность разработанных нами особенностей методики обучения групповым и командным тактическим действиям нападения в мини-футболе.

Педагогическое наблюдение.

Мы применяли открытый вид наблюдения в своем исследовании, то есть футболисты знали, что за ними ведется наблюдение.

Педагогическое наблюдение проводилось в ОГАУ “ОБЛАСТНАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ПО ФУТБОЛУ” город Челябинск. Наблюдение велось за матчами по мини-футболу экспериментальной группы. Целью наблюдения являлось выявление групповых и командных тактических действий в нападении, которые используют юноши 12-14 лет в мини-футболе, а так же успешность их реализации.

Анкетный опрос проводился среди юношей 12-14 лет, занимающихся мини-футболом, с целью выявления знаний о групповых и командных действиях в нападении, а так же применения их в игре.

В анкетировании участвовало 13 футболистов, занимающихся в секции по мини-футболу ОГАУ “ОБЛАСТНАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ПО ФУТБОЛУ” город Челябинск. Вопросы анкеты представлены в приложении.

Методы математической статистики.

Для обработки полученных данных наблюдения, мы определяли процент увеличения статистики применения групповых и командных тактических действий в нападении у игроков экспериментальной группы.

**.3 Организация исследования **

Написание нашей работы выполнялось в 3 этапа.

I ЭТАП - ТЕОРЕТИКО-ПОИСКОВЫЙ включал разработку целей и задач педагогического исследования, подбор и анализ литературных источников по теме исследования. По результатам анализа литературных источников были раскрыты особенности классификации тактики игры нападения в мини-футболе, определены средства и методы обучения тактическим действиям в мини-футболе, рассмотрены анатомо-физиологические характеристики юношей 12-14 лет.

II ЭТАП –ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНЫЙ

В ходе второго этапа был организован и проведен сам эксперимент, который проходил на базе.

В эксперименте приняли участие юноши 12-14 лет, в составе 13 человек, которые вошли в состав экспериментальной группы исследования.

В начале эксперимента было проведено первичное наблюдение для выявления уровня групповых и командных тактических действий нападения в минифутболе юношей 12-14 лет. Проведено анкетирование с целью выявления знаний о групповых и командных действиях в нападении, а также применения их в игре. В учебно-тренировочные занятия экспериментальной группы были включены разработанные нами комплексы упражнений.

В заключительном этапе нашего эксперимента так же было проведено наблюдение для выявления групповых и командных тактических действий нападения, что в результате позволило оценить эффективность воздействия разработанных нами комплексов упражнений.

III ЭТАП – АНАЛИТИЧЕСКИЙ

Проводились математико-статистическая обработка, анализ и обобщение результатов эксперимента, строили графики. После чего были сформулированы выводы.

2.3 Результаты исследования и их обсуждение

Анкетирование проводилось с целью выявления знаний о групповых и командных действиях в нападении, а так же применения их в игре. В опросе принимали участие юноши от 12 до 14 лет, занимающиеся мини-футболом. Обобщив ответы на поставленные вопросы анкетирования, были получены следующие результаты.

На рисунке 1 представлены данные ответов на вопрос: «Знаете ли Вы что такое тактическая подготовка в мини-футболе?». Знают, что такое тактическая подготовка 92% респондентов, затруднились с ответом 8% опрошенных.

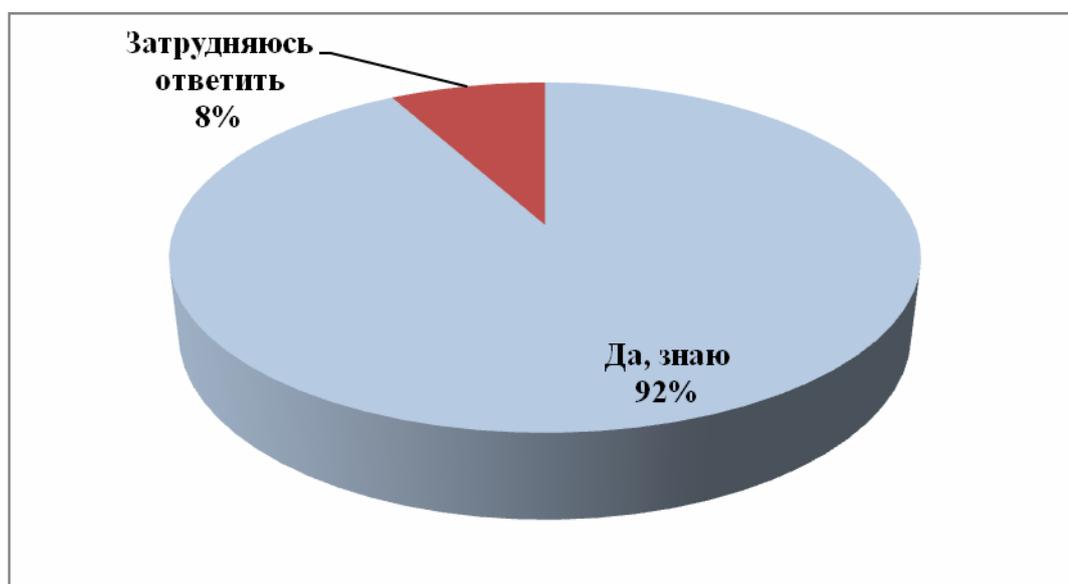


Рисунок 1 – Ответы на вопрос: «Знаете ли Вы что такое тактическая подготовка в мини-футболе?» (%)

Анализируя рисунок 2, на вопрос о необходимости тактической подготовки в мини-футболе 92% спортсменов ответили положительно, 8% затруднились с ответом. Но стоит отметить, что это респонденты, у которых отсутствуют знания о тактической подготовке в мини-футболе.

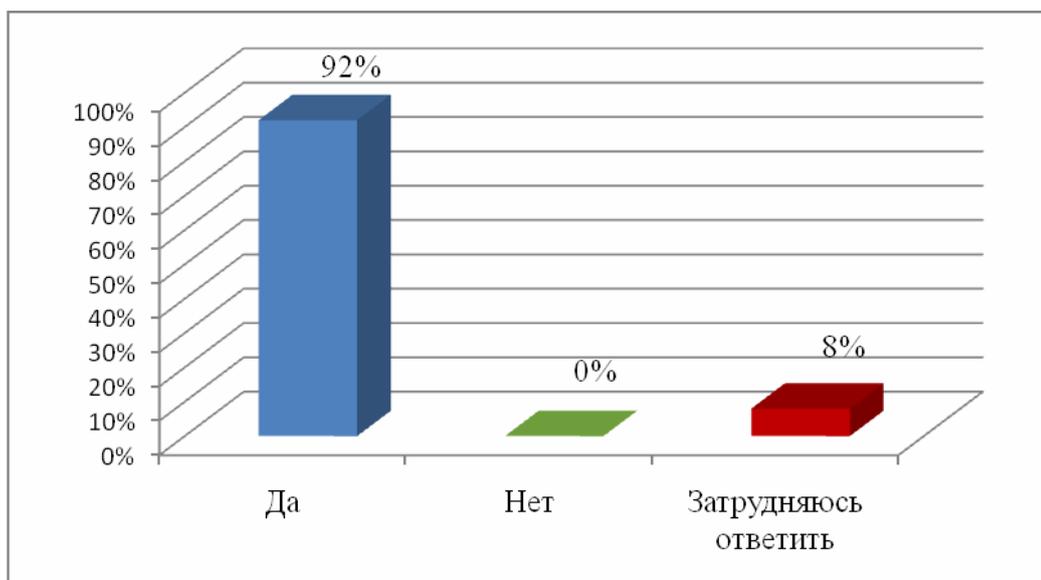


Рисунок 2 – Ответы на вопрос: «Как Вы считаете, нужна ли тактическая подготовка в мини-футболе?» (%)

Респондентам было предложено оценить значимость тактических действий в мини-футболе по пятибалльной шкале, где 0 – не имеет значения, 5 – имеет важное значение. Результаты опроса представлены на рисунке 3 в порядке значимости.

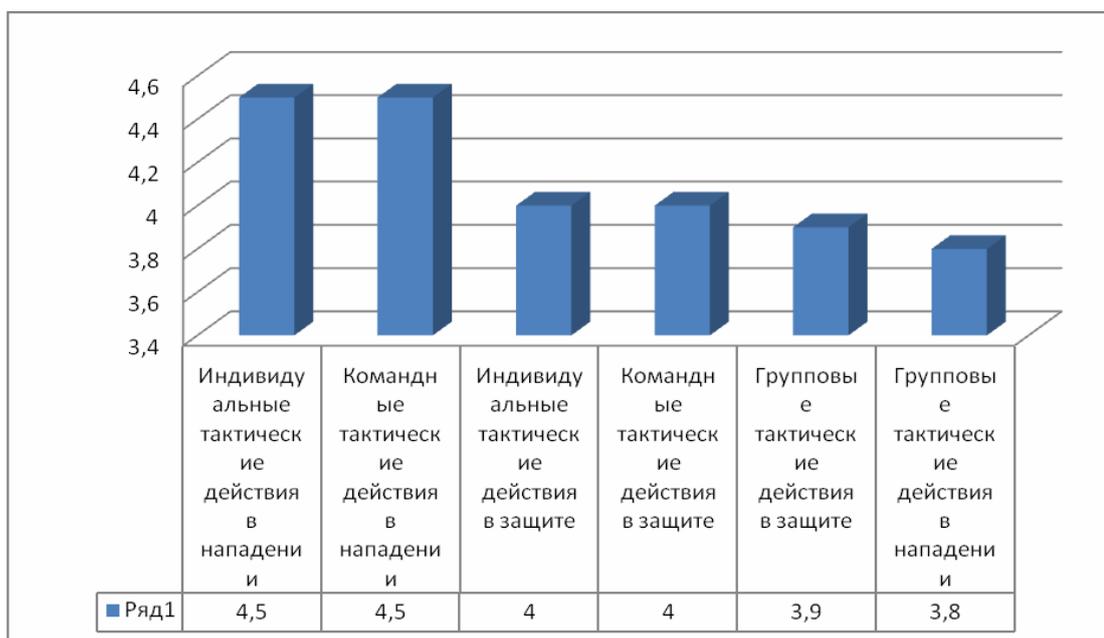


Рисунок 3 – Значимость тактических действий в мини-футболе (баллы)

Спортсмены считают, что самыми важными тактическими действиями в мини-футболе являются индивидуальные и командные тактические действия в нападении, их среднее значение составило 4,5 балла. Немного меньше, а точнее 4 балла составило среднее значение индивидуальных и командных

тактических действий в защите. Значение групповых тактических действий в защите составило 3,9 балла. Наименьший средний показатель

познаваемости тактических действий в мини-футболе среди спортсменов являются групповые тактические действия в нападении.

Нами были перечислены тактические схемы нападения, футболистам необходимо было выбрать варианты, с которыми они знакомы.

При анализе рисунка 4, видим, что все 100% респондентов знакомы с тактической схемой «Стенка». Тактическая схема «Скрещивание» знакома 85% респондентам, «Розыгрыш пятого» отметили 77% футболистов, 69% знакомо с тактической схемой «Бабочка», «Передача в одно касание» в паре и тройке знакома 46% опрошенных.

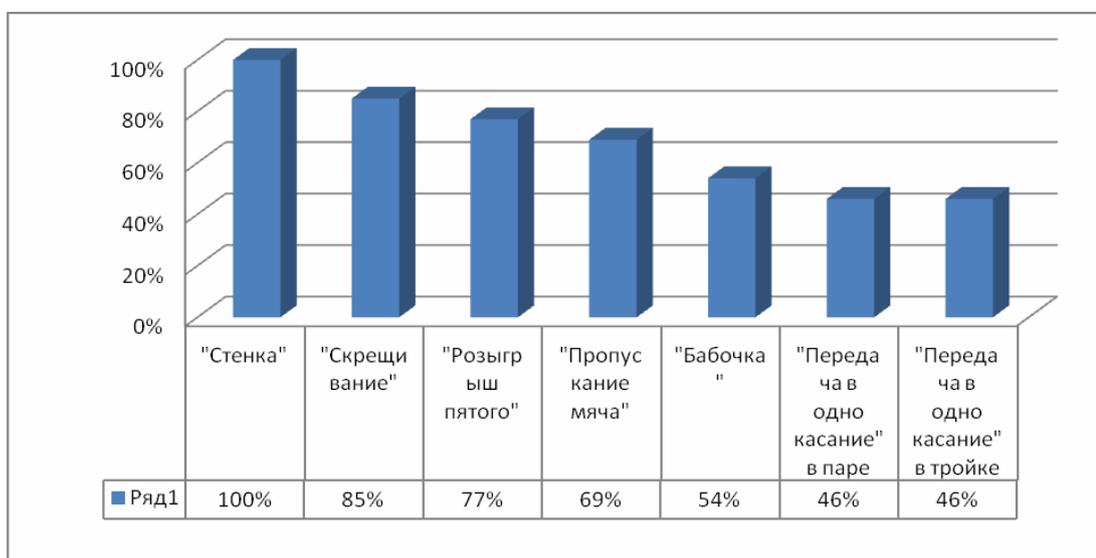


Рисунок 4 – Знание футболистами перечисленных тактических схем в нападении (%)

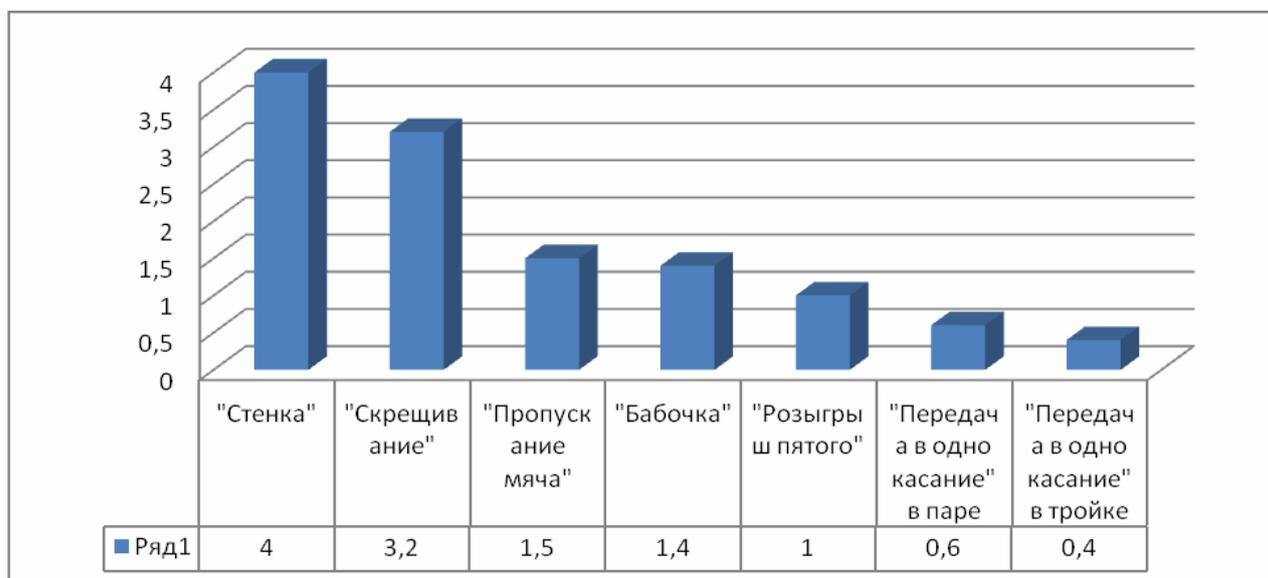


Рисунок 5 – Применение футболистами перечисленных тактических схем в нападении (баллы)

На рисунке 5 представлены данные, о применении перечисленных схем игроками мини-футбола. Респондентам было предложено отметить по пятибалльной шкале применение на практике тактических схем, где 0 - не применяю, а 5 – применяю на каждой игре. Чаще всего игроки применяют схему нападения «Стенка», среднее значение составило 4 балла. Тактическую схему «Скрещивание» применяют часто, но не на каждой игре, среднее значение составило 3,2 балла. Остальные тактические схемы применяются очень редко.

Основными причинами, по которым тактические схемы не применяются, респонденты указали, что они сложны в исполнении и ребята просто не знают как применять на практике. Первичное наблюдение велось за тремя матчами по мини-футболу экспериментальной группы в сентябре. Целью наблюдения являлось выявление групповых и командных тактических действий в нападении, которые используют юноши 12-14 лет в мини-футболе, а так же успешность их реализации. Протокол наблюдения соревнований по минифутболу включал общее количество применяемых тактических схем в нападении, а так же учитывалось количество удачно реализованных из них.

Данные наблюдения представлены в таблице 1 и 2.

Таблица 1 - Применение тактических схем в нападении экспериментальной группы

Игра в мини-футбол (с кем состоялась встреча)	Тактические схемы в нападении					
	«Стенка»		«Бабочка»		«Розыгрыш пятого»	
	Общее кол-во	Из них	Общее	Из них	Общее	Из них
1- Команда	5	2	2	2	0	0
2-Команда	5	1	2	1	1	0
— X	5,3	1,6	1,6	1,3	0,3	0

В таблице 1 представлен количественный показатель применения тактических схем «Стенка», «Бабочка» и «Розыгрыш пятого» в игровых матчах по мини-футболу с командами. «Рыбинск. Анализ полученных данных, представленный на рисунке 6, позволил установить, что тактическая схема «Розыгрыш пятого» использовалась только в игре, но не принесла результатов. Средний показатель применения данной тактической комбинации в наблюдаемых нами матчах по мини-футболу равен 0,3 раза. Так же стоит отметить, что ребята путались и не знали, как правильно разыграть данную тактическую комбинацию.

Тактическую схему «Бабочка» экспериментальная группа за все игры в среднем применяла 1,6 раз, удачных из них 1,3 раза. Возможно, это связано с тем, что данная тактическая схема сложна в применении и используется при быстром выходе из обороны в нападение.

Чаще всего в играх применялась тактическая схема «Стенка». Средний результат использования данной тактической схемы в матчах по мини-футболу в экспериментальной группе составил 5,3 раза, из них успехом закончилось только 30 % тактических комбинаций «Стенка»

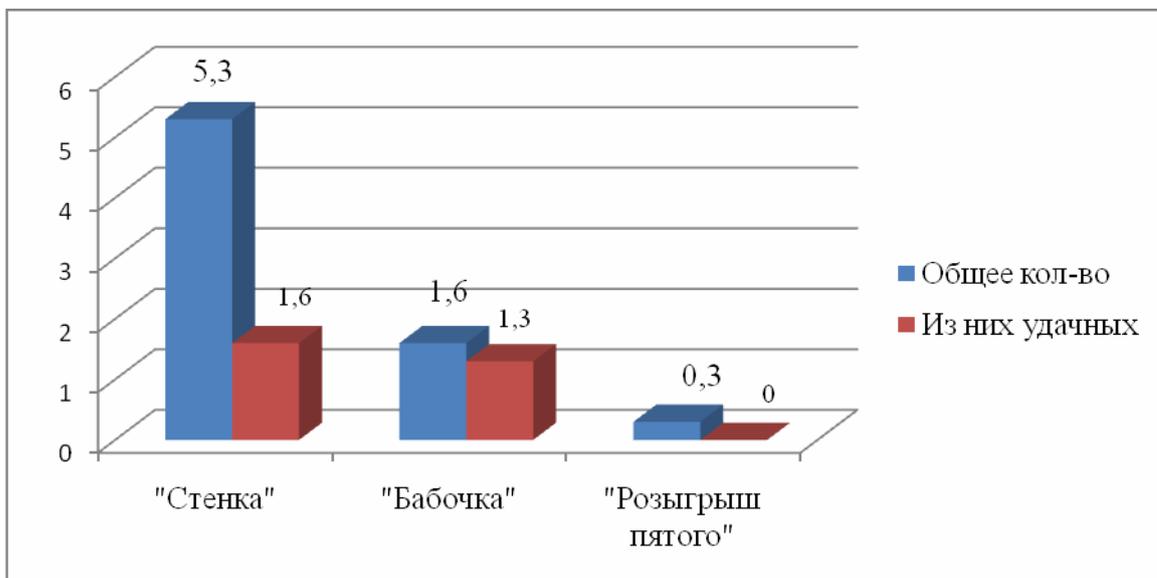


Рисунок 6 – Среднее значение количества применяемых тактических схем в экспериментальной группе за игру в мини-футбол

В таблице 2 представлен количественный показатель применения тактических групповых схем «Скрещивание», «Передача в одно касание» в паре», «Взаимозаменяемость» и «Передача в одно касание» в тройке» в игровых матчах по мини-футболу с командами.

В соответствии с рисунком 7 видим, что чаще всего экспериментальная группа применяла групповую тактическую схему «Скрещивание», в среднем 4,6 раз за игру, но были успешными из них меньше половины, только 43%. Немного реже применялась комбинация «Взаимозаменяемость», в среднем 4,3 раза за игру, из них 43 % успешно. Чуть реже применялась тактическая комбинация «Передача в одно касание в паре», в среднем 3,6 раз из них удачными были 64%. Реже всего применялась комбинация «Передача в одно касание в тройке», в среднем 2 раза, но удачными были 65%.

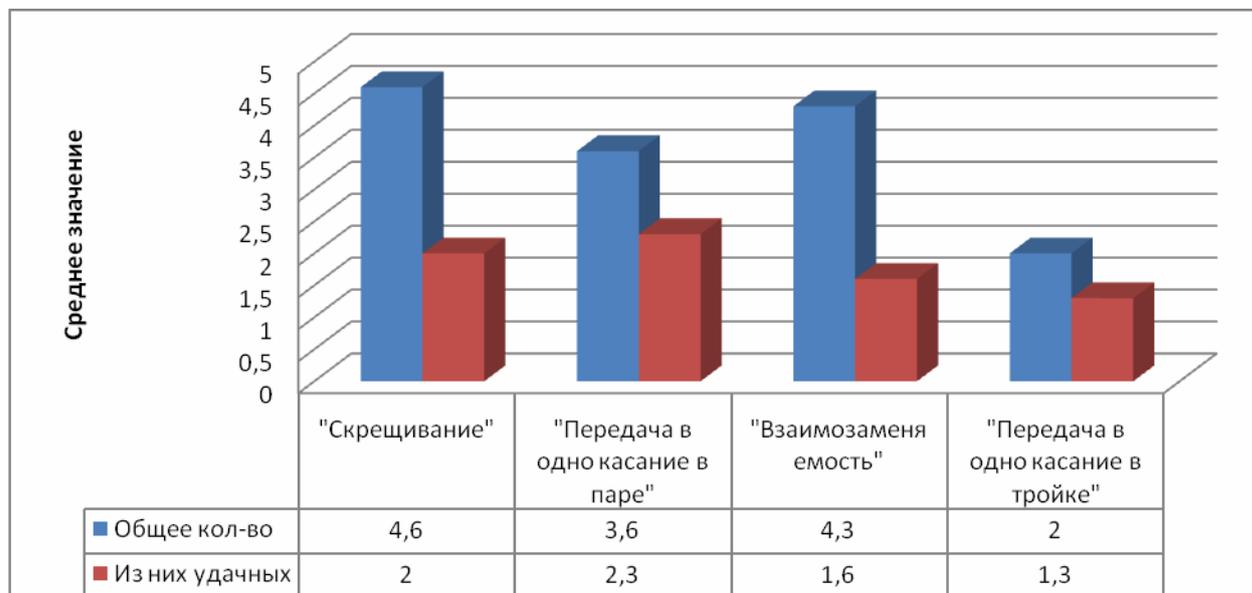


Рисунок 7 – Среднее значение количества применяемых групповых тактических схем в экспериментальной группе за игру в мини-футбол

Проанализировав данные анкетирования и наблюдения можно сделать вывод, что использование групповых и командных тактических действий в нападении у экспериментальной группы находится на низком уровне. Ребята знают тактические схемы, но плохо умеют их применять. Все это позволило приступить к экспериментальной части исследования.

Тренировочные занятия проводились четыре раза в неделю, продолжительностью 1,5 часа.

Особенностью нашего обучения в экспериментальной группе, от стандартного являлось то, что обучению групповым и командным тактическим действиям в нападении уделялось больше времени, а точнее два занятия из четырех в неделю, упражнения представлены в приложении 2.

Тренировочные занятия состояли из трех частей: подготовительной, основной и заключительной.

В разминку входили подготовительные упражнения для дальнейшей работы (разнообразная ходьба, бег с заданием, прыжки, ОРУ). В основную часть входили специальные физические упражнения для обучения групповым и командным

тактическим действиям в нападении в мини-футболе. В конце основной части на каждом занятии проводилась учебно-тренировочная игра в мини-футбол. В заключительной части занятия проводились упражнения на восстановление дыхания, а так же подводились итоги занятия.

К обучению групповым и командным тактическим действиям в нападении приступали только после освоения спортсменами индивидуальных тактических действий. Обучение групповым и командным технико-тактическим действиям в нападении юношей 12-14 лет начинали с теоретических данных.

Как уже говорилось, овладение технико-тактическими приемами нападения начиналось с объяснения целого назначения данной комбинации. Далее начиналось разучивание в упрощенных условиях – на определенном месте игрового поля. Условия применения тактической схемы постепенно усложнялись за счет введение различного рода помех, пассивных защитников, активных защитников. Поиск рациональных способов преодоления этих помех и многократное повторение изучаемой комбинации составляли основу формирования групповых и командных тактических действий нападения. Далее они закреплялись в соревновательных условиях, таких как игровые упражнения или учебные игры в мини-футбол.

При отработывании тактических схем разыгрывали не один, а несколько вариантов их выполнения. Для этого обучающихся 12-14 лет ставили в такие игровые ситуации, где они должны были выбрать более оптимальный вариант решения сложившейся тактической ситуации. Например, добавление одного или двух активных защитников, которые усложняют выполнение заданной комбинации. В данной ситуации, футболисты должны применить кроме слаженных технических элементов (точной передачи, ведения мяча) большую находчивость. Благодаря этому у занимающихся развивалось тактическое мышление, что в итоге способствовало эффективной технико-тактической деятельности.

В последний месяц нашего педагогического эксперимента применялся метод переключения в тактических действиях - от защиты к нападению. Данные переключения в тактических действиях выполнялись многократно в условиях ограниченного времени, а так же в ответ на звуковой сигнал.

Появившиеся ошибки старались устранить сразу же. Для их устранения использовался индивидуальный метод.

Во время учебных игр в мини-футбол нами привлекались сами футболисты для наблюдения за игрой. Ребятам необходимо было обращать внимание на применяемые групповые и командные тактические действия в нападении в игре не только своей

команды, но и команды соперников. Это на наш взгляд способствовало анализу, пониманию и правильной оценке игровых ситуаций.

После матча игра разбиралась и анализировалась с участием самих игроков.

После проведения эксперимента нами было повторно проведено анкетирование респондентов. Анкетирование проводилось с целью выявления знаний о групповых и командных действиях в нападении после педагогического эксперимента, для сравнения с изначальными данными. Обобщив ответы на поставленные вопросы анкетирования, были получены следующие результаты. Знание о тактической подготовке после эксперимента у опрошенных школьников 14-16 лет увеличились. Все 100% респондентов ответили, что знают, что такое тактическая подготовка, данные представлены на рисунке 8.

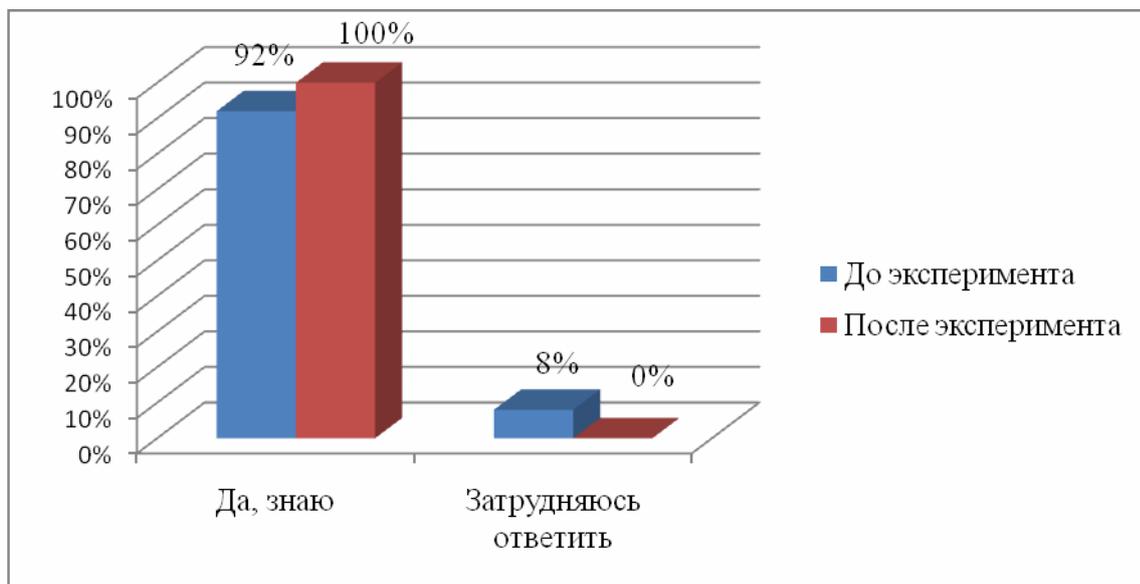


Рисунок 8 – Сравнительный анализ ответов на вопрос: «Знаете ли Вы что такое тактическая подготовка в мини-футболе?» до и после эксперимента (%)

Анализируя рисунок 9, на вопрос о необходимости тактической подготовки в мини-футболе, так же все 100 % респондентов отметили ее значимости в подготовке мини-футболистов.

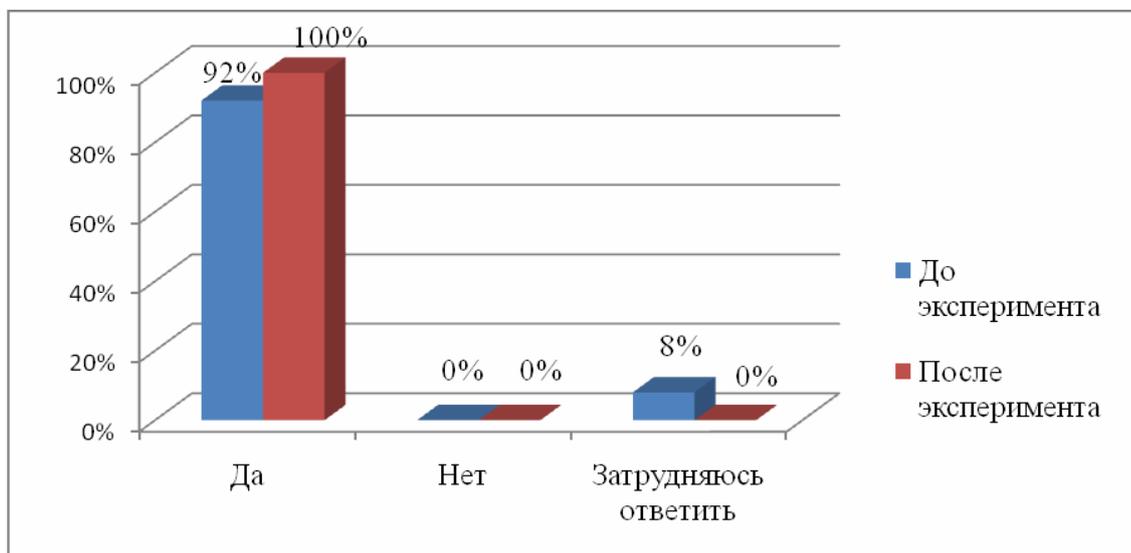


Рисунок 9 – Сравнительный анализ ответов на вопрос: «Как Вы считаете, нужна ли тактическая подготовка в мини-футболе?» до и после эксперимента (%)

До эксперимента все 100% респондентов были знакомы только с тактической схемой «Стенка», тогда как после эксперимента все опрошенные ответили, что знакомы со всеми представленными тактическими комбинациями, что говорит о повышении качества знаний тактических схем нападения. Данные опроса представлены на рисунке 10

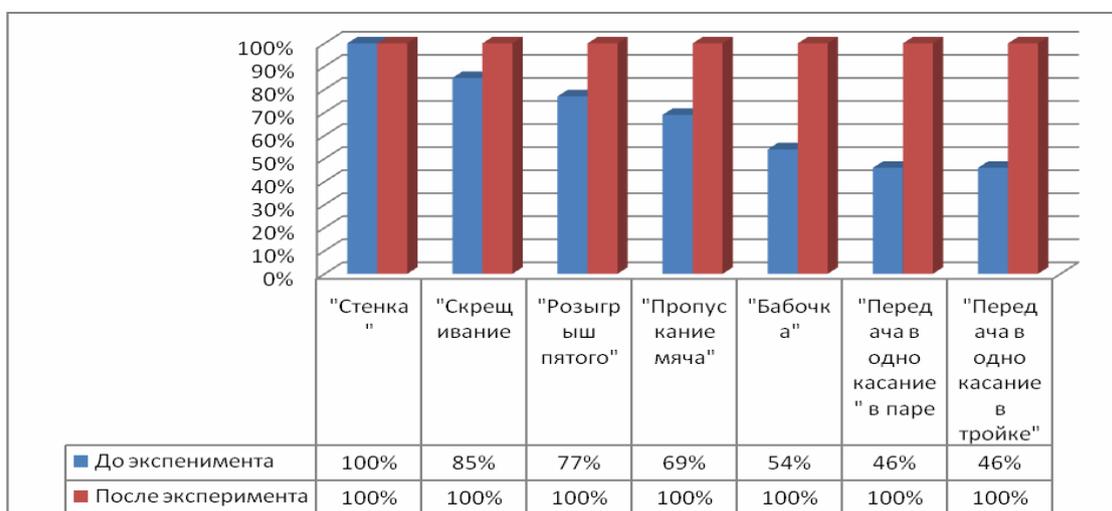


Рисунок 10 – Сравнительный анализ знания футболистами перечисленных тактических схем в нападении до и после эксперимента (%)

Таким образом, можно констатировать факты, что после педагогического эксперимента у респондентов увеличилось знание о групповых и командных тактических действиях в нападении.

Далее нами было проведено повторное наблюдение за тремя матчами по мини-футболу экспериментальной группы, которое проводилось в феврале 2021 года. Целью наблюдения являлось выявление групповых и командных тактических действий в нападении, которые используют юноши 12-14 лет в мини-футболе, а так же успешность их реализации. Данные наблюдения представлены в таблице 3 и 4.

Тактическая схема «Стенка» эффективна для быстрого розыгрыша мяча, а так же для стремительной атаки. Благодаря данной тактической схеме увеличивается шанс оторваться от соперника. Как видно из рисунка 11, применение данной тактической схемы в играх по мини-футболу в экспериментальной группе значительно возросло в среднем до 14,3 раз, из них успехом закончились 58% проведенных тактических схем «Стенка».

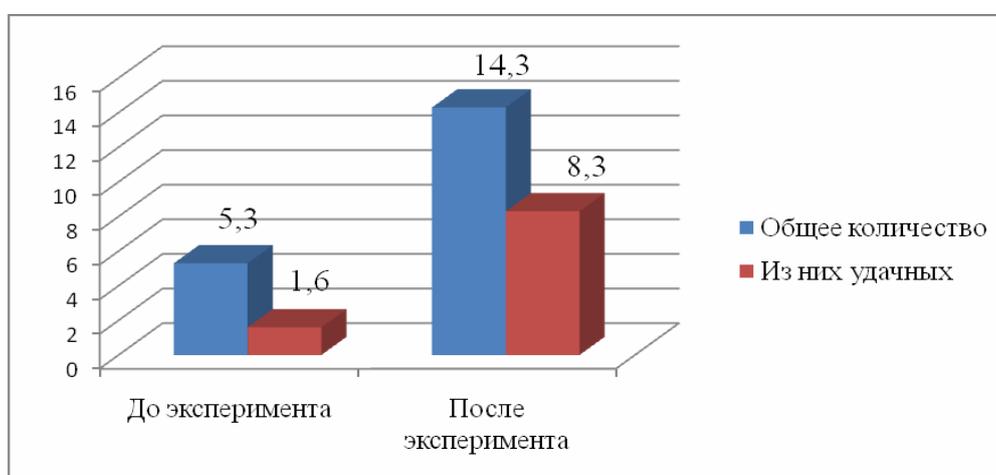


Рисунок 11 – Сравнительный анализ применения тактической схемы «Стенка» до и после эксперимента (кол-во раз)

Тактическая схема «Бабочка» является эффективной схемой выхода из обороны в нападение. Одна из самых эффективных тактических комбинаций атаки. Как видно из рисунка 12, применение данной тактической схемы в играх по мини-футболу в экспериментальной группе так же увеличилось, успехом закончились 63% проведенных тактических схем «Бабочка».

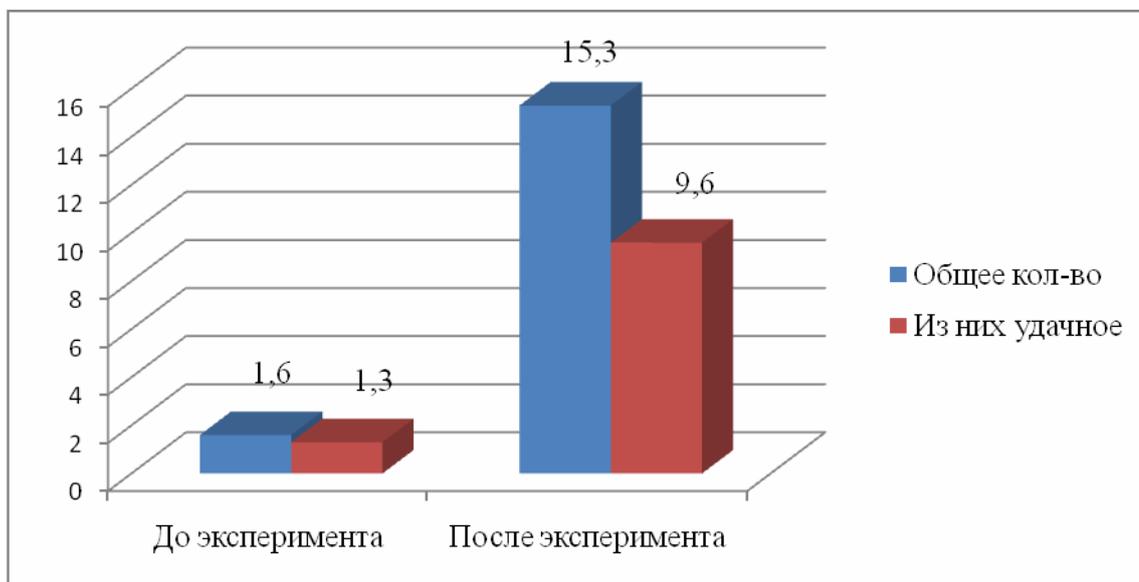


Рисунок 12 – Сравнительный анализ применения тактической схемы «Бабочка» до и после эксперимента (кол-во раз)

Тактическая схема «Розыгрыш пятого» применяется, если команда проигрывает, тогда вратарь заменяется на пятого полевого игрока и разыгрывается тактическая схема «Розыгрыш пятого». Так как все три игры экспериментальная команда вела в счете, данная комбинация не применялась.

В соответствии с рисунком 13 видим, что комбинация «Скрещивание» после эксперимента стала чаще применяться, до эксперимента среднее значение составляло 4,6 раза, а после эксперимента составило 7,6 раз. Успехом закончились 60% из общего количество применяемых за игры тактических схем «Скрещивание».

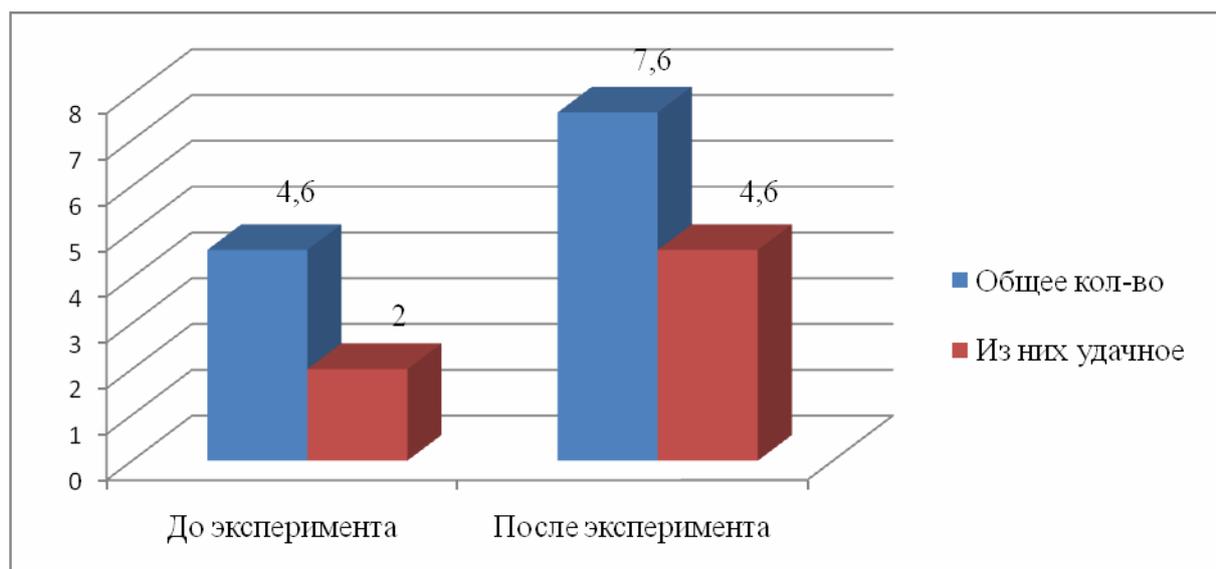


Рисунок 13 – Сравнительный анализ применения тактической схемы «Скрещивание» до и после эксперимента (кол-во раз)

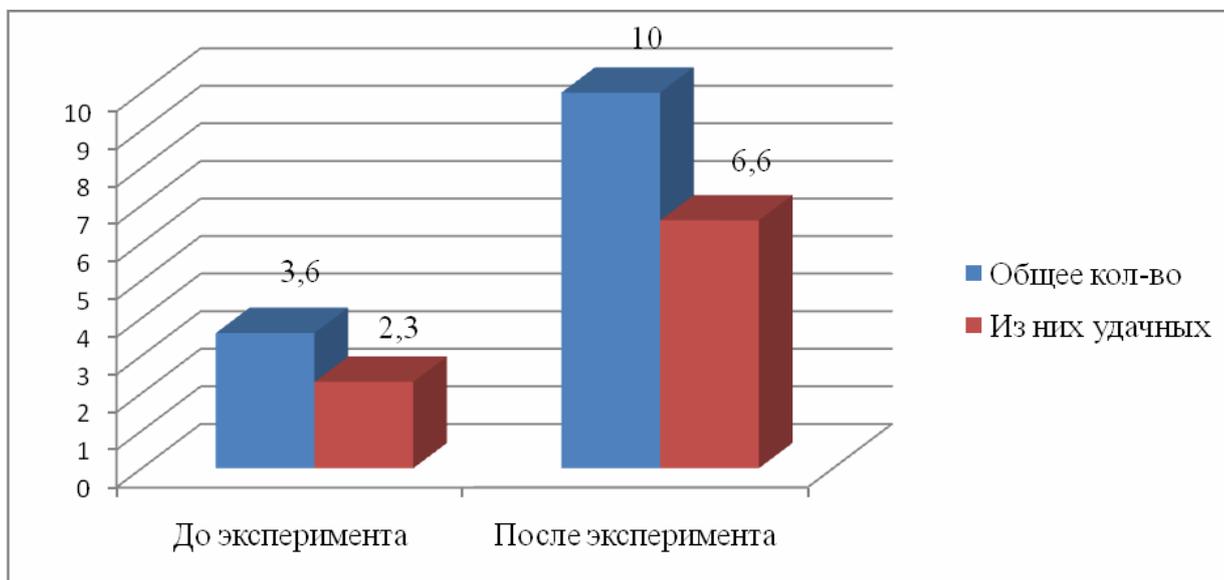


Рисунок 14 – Сравнительный анализ применения тактической схемы «Передача в одно касание» в парах до и после эксперимента (кол-во раз)

На рисунке 14 представлен сравнительный анализ применения тактической схемы «Передача в одно касание» в парах до и после эксперимента. Как видно из графика, до эксперимента футболисты экспериментальной группы в среднем за игру, данную тактическую схему применяли 3,6 раз, тогда как после эксперимента общее количество использования тактической комбинации «Передача в одно касание» в парах увеличилось до 10 раз за игру. Так же стоит отметить, что удачными были 66%.

На рисунке 15 представлен сравнительный анализ применения тактической схемы «Взаимозаменяемость» до и после эксперимента. Данная тактическая схема является очень эффективной. Она применяется в минифутболе для вскрытия защиты команды соперника за счет перемещения игрока из своей зоны в зону партнера в тот момент, когда тот увёл отсюда опекающего его соперника.

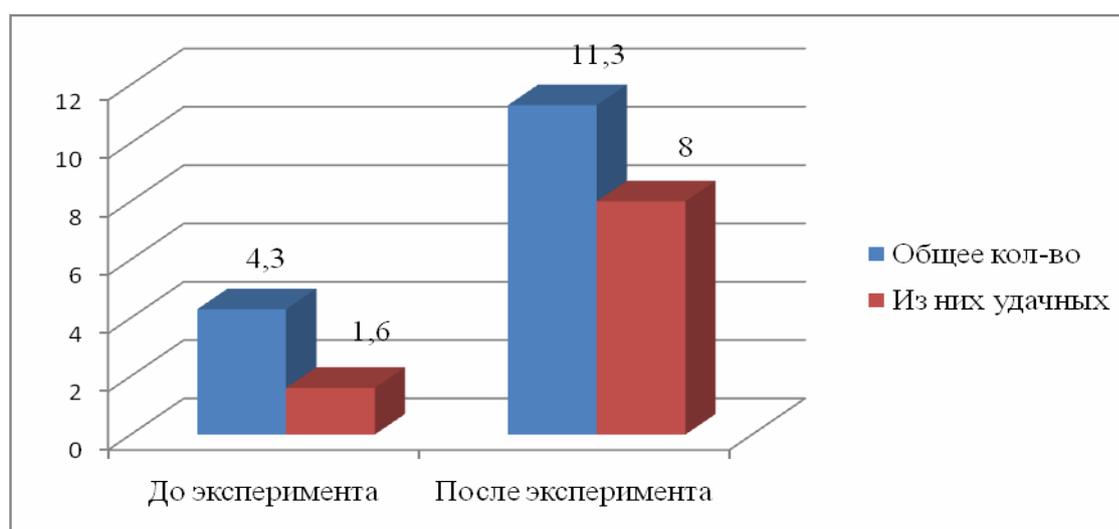


Рисунок 15 – Сравнительный анализ применения тактической схемы «Взаимозаменяемость» до и после эксперимента (кол-во раз)

Как видно из рисунка 15, после эксперимента тактическую схему «Взаимозаменяемость» футболисты стали применять достаточно часто, в среднем 11,3 раза. Удачей закончились 71% из общего числа применяемых тактических комбинаций «Взаимозаменяемость».

На рисунке 16 представлен сравнительный анализ применения тактической схемы «Передача в одно касание» в тройках до и после эксперимента. Тактическая схема «Передача в одно касание» в тройках позволяет неожиданно и на высокой скорости менять направление развития нападения, а так же она эффективна, если необходимо выиграть время для перегруппировки сил или смены позиций.

При анализе рисунка можно с уверенностью сказать, что данную тактическую комбинацию после эксперимента футболисты начали применять намного чаще, чем до эксперимента, до эксперимента ее применяли в среднем два раза, а после эксперимента в среднем 15,6 раз за игру. Удачно закончились 61,5% из общего числа применяемых тактических комбинаций «Передача в одно касание» в тройках.

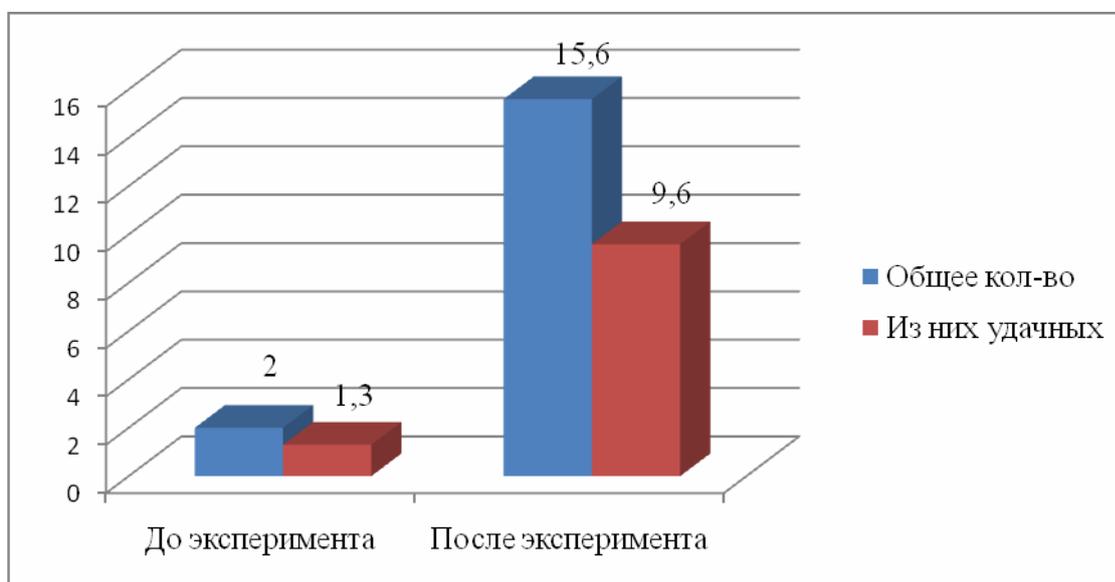


Рисунок 16 – Сравнительный анализ применения тактической схемы «Передача в одно касание» в тройках до и после эксперимента (кол-во раз)

Проанализировав данные анкетирования и наблюдения до и после эксперимента, можно сделать вывод, что использование групповых и командных тактических действий в нападении у экспериментальной группы значительно возросло. Увеличился процент удачно примененных тактических схем из общего их количества, уровень владения тактическими комбинациями нападения так же улучшился.

Таким образом, можно констатировать факт эффективности применения разработанных нами комплексов упражнений по обучению тактическим действиям в мини-футболе юношей 12-14 лет.

ВЫВОДЫ ПО II ГЛАВЕ

Результаты проведенного исследования позволили сделать следующие выводы:

1. Изучение научно-методической литературы и обобщение практического опыта специалистов по футболу и мини-футболу свидетельствует о явном дефиците научно-методических сведений, раскрывающих теоретические и практико-технологические аспекты совершенствования технико-тактической подготовки на основе формирования специфических двигательных действий, повышающих результативность соревновательной деятельности квалифицированных спортсменов в мини-футболе.

2. Мониторинг технико-тактических показателей соревновательной деятельности квалифицированных футболистов в мини-футболе является необходимым элементом в системе контроля уровня технико-тактической подготовленности игроков. В качестве модельных показателей соревновательной деятельности целесообразно использовать параметры объема и качества выполнения технико-тактических действий футболистов команд-лидеров мирового мини-футбола.

3. В ходе исследования нами была обоснована модель процесса технико-тактической подготовки квалифицированных футболистов, включающая: предпосылки к моделированию; технологию поэтапного формирования специфических технико-тактических действий с использованием комплексов тренировочных упражнений; оценку сформированного уровня и эффективности технико-тактических действий квалифицированных футболистов в соревновательной деятельности. Модель создает условия для значительного повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и результативности соревновательной деятельности квалифицированных спортсменов в мини-футболе.

4. Описаны комплексы тренировочных упражнений по формированию специфических технико-тактических действий. Они составлены с учетом характерных особенностей соревновательной деятельности в мини-футболе и 80 позволяют повысить эффективность формирования специфических двигательных действий.

5. В подобранной и описанной методике используется технология поэтапного формирования специфических технико-тактических действий квалифицированных

футболистов, которая состоит из трех формирующих этапов: формирование знаний о специфических двигательных действиях; создание устойчивого их выполнения на основе собственного двигательного опыта футболистов; стабилизация и дальнейшее совершенствование технико-тактических действий с упором на надежность и эффективность выполнения.

Первый этап технологии охватывает два первых микроцикла втягивающего мезоцикла подготовительного периода, второй этап начинается в последнем микроцикле втягивающего мезоцикла и длится в течение всего базового мезоцикла подготовительного периода, третий охватывает весь специально-подготовительный этап годового макроцикла. При этом важным является последовательный переход от формирования элементов специфических технико-тактических действий к формированию их соединений и комбинаций.

6. Анализ описанной методики технико-тактической подготовки способствует повышению уровня технико-тактической подготовленности и результативности соревновательной деятельности квалифицированных футболистов, что выражаются достоверными улучшениями количественных и качественных показателей технико-тактических действий квалифицированных футболистов в соревновательной деятельности по мнению ряда исследователей, и повышению уровня физической подготовленности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В структуре подготовленности футболистов все большую роль играет тактическая подготовка. Главная задача нападения — нарушение организованных оборонительных действий противника, преодоление индивидуального и группового сопротивления, которое позволило бы завершить атаку взятием ворот. Обучение групповым и командным схемам важно для футболистов, так как они способствуют правильному восприятию действий противника в процессе игры. Основные игровые навыки юного футболиста формируются в возрасте 12-14 лет, т.е. преимущественно в завершающей стадии пубертатного периода. Поэтому можно говорить, что такой возраст является своего рода «ключевым» по отношению к процессу становления игрового мастерства футболиста. Для проведения эксперимента нами были разработаны комплексы упражнений для обучения тактическим действиям в мини-футболе юношей 12-14 лет, которые мы включали в учебнотренировочный процесс экспериментальной группы. Особенностью нашего обучения в экспериментальной группе, от стандартного являлось то, что обучению групповым и командным тактическим действиям в нападении уделялось больше времени, а точнее два занятия из четырех в неделю. В ходе педагогического эксперимента была доказана эффективность подобранных нами комплексов упражнений для обучения групповым и командным тактическим действиям нападения юношей 12-14 лет в мини-футболе. Благодаря анкетированию было выявлено, что после педагогического эксперимента у респондентов увеличились знания о групповых и командных тактических действиях в нападении. В процессе педагогического наблюдения, которое проводилось для выявления групповых и командных тактических действий в нападении, применяемые юношами 12-14 лет в мини-футболе, было определено, что после эксперимента их количество увеличилось, а так же увеличилась и успешность их реализации.

Таким образом, анализ полученных результатов позволяет говорить о том, что подобранные комплексы упражнений обучения тактическим действиям нападения в мини-футболе юношей 12-14 лет являются эффективными. Предложенные нами комплексы упражнений могут быть рекомендованы для применения в ДЮСШ и в ходе тренировочного процесса спортсменов различного уровня.

ПРИЛОЖЕНИЯ

КОМПЛЕКСЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ СПЕЦИФИЧЕСКИХ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ ФУТБОЛИСТОВ

Комплекс тренировочных упражнений «А»

Формирование элементов специфических технико-тактических действий

Интенсивность: умеренная, ЧСС - 130-150 уд/мин.

Метод: повторный, круговой

Продолжительность серии - 1-4мин.,

Отдых между сериями - 2-3мин.,

Количество серий -3-6.

Средства:

- упражнения по формированию ведения мяча подошвой;
- упражнения по формированию остановок (приема) мяча подошвой;
- упражнения по формированию передач мяча подошвой и «черпаком»;
- упражнения по формированию финтов подошвой;
- упражнения по формированию ударов носком стопы.

1. Остановка мяча подошвой с одновременным переводом мяча - передача мяча подошвой и «черпаком» Упражнения

Игроки стоят по кругу в двух метрах друг от друга. Движение мяча происходит по часовой и против часовой стрелке. Мяч принимается правой ногой с одновременным переводом под левую ногу и передачей мяча партнеру левой ногой (подошвой или «черпаком»).

То же упражнение. В кругу одновременно несколько мячей.

Три игрока находятся на одной линии на расстоянии 3-5 метров друг от друга. Средний игрок, принимая мяч под подошву, одновременно переводит его за спину и быстро развернувшись, передает мяч другому игроку подошвой или «черпаком». Затем происходит обратная передача и снова выполняется прием мяча с переводом за спину и передачей.

Два игрока находятся на одной линии в 3-5 метрах друг от друга. Третий игрок располагается напротив одного из игроков в 3-х метрах. Выполняется передача мяча

подошвой или «черпаком» поочередно двумя игроками третьему, который выполняет перемещения - челнок после обратной передачи подошвой или «черпаком».

□ Два игрока находятся на расстоянии 3-5 метров друг от друга. Свободно перемещаясь по всей площадке, передают мяч друг другу подошвой или «черпаком». При приеме мяча под подошву игрок одновременно убирает мяч в разные стороны или за спину, используя несколько касаний мяча. В упражнении участвует вся команда, разбившись на пары. Игрокам необходимо оценивать ситуацию на площадке и передавать мяч таким образом, чтобы он попал к партнеру без помех.

□ То же упражнение. При приеме мяча используется два касания.

□ То же упражнение. Используется одно касание.

2. Удары носком стопы Упражнения

□ Десять мячей расположены на линии штрафной площади, в метре друг от друга. Игрок выполняет удары по воротам носком стопы без разбега, в шаге, перемещаясь от мяча к мячу, чередуя начало серии ударов с левой стороны или с правой стороны. Выполняется в максимальном темпе.

□ То же упражнение. Удары в серии выполняются в разной последовательности. Выполняется в максимальном темпе.

□ Десять мячей расположены в различных местах площадки, на разных расстояниях от линии ворот (минимальное расстояние от ворот- 5 метров, максимальное - 10 метров.). Игрок выполняет удары по воротам носком стопы без разбега, в шаге, перемещаясь от мяча к мячу, чередуя начало серии ударов с левой стороны или с правой стороны. Выполняется в максимальном темпе.

□ То же упражнение. Удары в серии выполняются в разной последовательности. Выполняется в максимальном темпе.

□ То же упражнение. Игрок перемещается спиной от мяча к мячу, выполняет удар без разбега, постепенно удаляясь от ворот. Выполняется в максимальном темпе.

□ То же упражнение. Игрок перемещается лицом от мяча к мячу (расстояние между мячами 1 метр), выполняет удар без разбега, в шаге, постепенно приближаясь к воротам. Выполняется в максимальном темпе.

□ Два игрока находятся в 10 метрах от линии ворот, в 2-3 метрах друг от друга. Игрок, стоящий лицом к воротам, делает передачу подошвой игроку, стоящему спиной к

воротам, который выполняет обратную передачу подошвой партнеру под удар носком. Выполняется в максимальном темпе. Упражнение может варьироваться путем изменения расстояния между воротами и игроками или между двумя игроками.

3. Финты подошвой Упражнения

Игрок, стоя на месте, выполняет следующие движения:

а) подошвой правой ноги посылает мяч к себе;

б) переносит тяжесть тела, вставая на правую ногу;

в) подошвой левой ноги принимает мяч с одновременным переводом его в левую сторону и назад и поворотом туловища через левое плечо на 180° против часовой стрелки.

Игрок, стоя на месте, выполняет следующие движения:

а) подошвой левой ноги посылает мяч к себе;

б) переносит тяжесть тела, вставая на левую ногу;

в) подошвой правой ноги принимает мяч с одновременным переводом его в правую сторону и назад и поворотом туловища через правое плечо на 180° по часовой стрелке.

Два игрока находятся на одной линии на расстоянии 3-5 метров друг от друга.

Игрок, стоя на месте, принимает мяч под подошву после паса партнера, выполняет финт с разворотом (упр. 1 или упр.2) и делает обратную передачу мяча подошвой.

То же упражнение. Игрок для приема двигается навстречу мячу. Упражнение выполняется игроками поочередно.

Игроки находятся на расстоянии 10 метров друг от друга. Один игрок посылает мяч низом партнеру, который, двигаясь на встречу мячу, про-пускает его между ног, догоняет мяч и выполняет финт с разворотом (упр. 1 или упр.2). Упражнение выполняется игроками поочередно.

Тоже упражнение. Игрок пропускает мяч сбоку от себя. Упражнение выполняется игроками поочередно.

При формировании приема мяча подошвой процесс должен осуществляться одновременно с передачей мяча подошвой. Особое внимание в этом комплексе уделялось формированию такого специфичного технико-тактического действия, как ведение мяча подошвой. На наш взгляд, выполняя ведение мяча подошвой вдоль, по диагонали или поперек игровой площадки, когда все партнеры закрыты соперниками,

игрок создает для себя условия для выхода на ударную позицию и завершения атакующего действия финтом или ударом по воротам.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Андреев С.Н. Футбол твоя игра. М.: Просвещение, 1988. 144 с.
2. Андреев С.Н. Играй в мини-футбол. М.: Советский спорт, 1989. 47 с.
3. Андреев С.Н. Особенности оборонительных действий в мини-футболе: метод, рекомендации. М.: Книга, 1997. 31 с.
4. Андреев С.Н. Некоторые аспекты атакующих действий в мини-футболе: метод, рекомендации. М.: Книга, 1998. - 14 с.
5. Андреев С.Н., Левин В.С. Мини-футбол: метод, пособие. Липецк: Арес, 2004, 496 с.
6. Ашмарин Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании. М.: Физкультура и спорт, 1978. 223 с.
7. Бабкин А.Е. Технология планирования физической и технико-тактической подготовки команды по мини-футболу при туровой организации соревнований: автореф. дис... канд. пед. наук /РГУФК. М., 2004. 20 с.
8. Базилевич О.П. Управление подготовкой высококвалифицированных футболистов на основе моделирования тренировочного процесса: автореф. дис. . канд. пед. наук/ГЦОЛИФК. М., 1983. 20 с.
9. Бальсевич В.К. Перспектива развития общей теории и технологии спортивной подготовки и физического воспитания // Теория и практика физической культуры. 1999. № 4. С. 21-25.
10. Гаджиев Г.М. Структура соревновательной деятельности как основа комплексного контроля и планирования подготовки футболистов высокой квалификации : автореф. дис. . канд. пед. наук/ ВНИИФК. М., 1984, 24 с.
11. Гаджиев Г.М., Годик М.А., Зонин Г.С. Контроль соревновательной деятельности высококвалифицированных футболистов: метод, рекомендации. М.: Физкультура и спорт, 1982. 26 с.
12. Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. М.: Физкультура и спорт, 1980. 138 с.
13. Головков В.В. Факторы, обеспечивающие эффективность соревновательной деятельности квалифицированных спортсменов в мини-футболе: автореф. дис.... канд. пед. наук / СПбГУФК. Санкт-Петербург, 2002. 24 с.

14. Голомазов С.В. Футбол. Тренировка специальной работоспособности футболистов. ., Шинкаренко И.Ф. 1994. 90 с.
15. Голомазов С.В Футбол: Тренировка точности юных спортсменов. ., Чирва Б.Г. 1994. 81 с.
16. Железняк Ю.Д. Совершенствование системы подготовки спортивных резервов в игровых видах спорта: автореф. дис... док. пед. наук / ГЦОЛИФК. М., 1981. 48 с.
17. Золотарев А.П. Структура и содержание многолетней подготовки спортивного резерва в футболе: автореф. дис... док. пед. наук / КГАФК. Краснодар, 1997. 50 с.
18. Золотарев А.П., Ивасев В.З. Инновационные направления в технико-тактической подготовке юных футболистов: метод, рекомендации. Краснодар, 2000. 27 с.
19. Золотарев А.П., Шамардин А.И. - Структура основных компонентов соревновательной деятельности юных футболистов: учеб. пособие, Волгоград: ВГИФК, 1993. 33 с.
20. Иванова Г.И. О построении ударного взаимодействия ноги с мячом в футболе // Теория и практика физической культуры. 1993. № 1-е. 4.
21. Иорданская Ф.А., Романцев О.И., Кузьмина В.Н.. Оценка специальной работоспособности в процессе управления подготовкой футболиста // Теория и практика физической культуры. 1993. № 11.1. С.16.
22. Качани Л., Горский Л. Тренировка футболистов. Братислава: Спорт, 1984. 288 с.
23. Клесов И.А., Дашкевич О.В. Личностные факторы эффективности и надежности соревновательной деятельности юных футболистов. // Теория и практика физической культуры. 1993. № 2. С. 19-20.
24. Кононенко П.Б. Исследование технико-тактической деятельности игроков в мини-футболе // Материалы науч.- метод, конф. Хабаровск, 2003. С. 71-72.
25. Конуров Д.М. Связь физической и тактической подготовки спортсменов в игровых видах спорта (на примере мини-футбола): автореф. дис. .канд. пед. наук /РГАФК. М., 2002. с.13.

26. Левин В.С. Реализация стандартных положений в мини-футболе: метод, рекомендации. М.: Книга, 2007. 20 с.
27. Лукин Ю.К. Методика планирования тренировочной нагрузки скоростно-силовой направленности в системе годичной и многолетней подготовки футболистов: автореф. дис. . канд. пед. наук / ВНИИФК. М. 1990. 20 с.
28. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. Киев: Олимпийская литература, 1999. 318 с.
29. Матвеев Л.П. Модельно-целевой подход к построению спортивной подготовки // Теория и практика физической культуры. 2000. №2. С. 28-37.
30. Мини-футбол России. Статистический справочник / под ред. С.Н.Андреева. М.: Русский футбол, 2011. 111 с.
31. Митин Е.А. Управление тренировочным процессом в мини-футболе между турами соревновательного периода // Теория и практика физической культуры. 2014. № 3. С.54-58.
32. Мищенко В.С. Функциональные возможности спортсменов. Киев: Здоров'я, 1990. 200 с.
33. Монаков Г.В. Техническая подготовка футболиста. М.: Офсет, 2005. 128 с.
34. Морозов Ю.А., Бесков К.И. Анализ технико-тактической деятельности футболистов на X чемпионате мира: подготовка футболистов. М.: Физкультура и спорт, 1977. С. 134155.
35. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: наука побеждать. М.: АСТ, АСТРЕЛЬ, 2002. 86 с.
36. Петухов А.В. Методика формирования индивидуальной технико-тактической подготовки юных футболистов: автореф. дис. . канд. пед. наук / ГЦОЛИФК. М., 1990. 22 с.
37. Полишкис М.С., Выжигин В.А., Сагаста Р.Р. Технико-тактическая подготовка квалифицированных футболистов: учеб.пособие. М.: Пресс, 1989. 88 с.
38. Полишкис М.С. Исследование тренировочных нагрузок в мини-футболе на основе динамики изменения ЧСС во время игры // Теория и практика физической культуры. 2006. № 8. С. 26-29.

39.Полишкис М.С., Петько С.Н., Беляков А.К. Методические аспекты подбора и классификации упражнений в мини-футболе: метод, рекомендации. М.: Пресс, 1997. 47 с.

40.Рымко А.В. Подбор специальных технико-тактических упражнений для подготовки мини футбольных команд : метод, рекомендации. М.: Книга, 2008. 24 с.

41.Тюленьков С.Ю., Федоров А.А. Футбол в зале: система подготовки. М.: Terra-Спорт, 2000. 86 с.

42.Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник. М.: АСАДЕМІА, 2000. 475 с.

43.Шамардин А.И., Солопов И.Н., Новокшенов И.Н., Герасименко А.П. Физическая подготовка футболистов разных игровых амплуа: учеб. пособие. Волгоград: Спорт, 2000. 68 с.