



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего  
образования

«Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет»  
(ФГБОУ ВО «Юурггпу»)

Факультет заочного обучения и дистанционных образовательных технологий

## ОСОБЕННОСТИ ОБОРОНИТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ В МИНИ-ФУТБОЛЕ

Выпускная квалификационная работа  
по направлению 44.03.01 Педагогическое образование  
Направленность программы бакалавриата  
«Физическая культура»

Проверка на объем заимствований:

99,99 % авторского текста

Работа рекомендована к защите  
(рекомендована / не рекомендована)

« 15 » 07 2017

Декан факультета

Иголкина  
Е.И. Иголкина

Выполнил:

студент группы ЗФ-411/106-4-1А

Жеребин  
Жеребин Артем Андреевич

Научный руководитель:

Захарова  
канд. пед. наук, доц.

Захарова Наталья Анатольевна

Челябинск 2017

**ОГЛАВЛЕНИЕ**

Введение.....	3
ГЛАВА 1. ИСТОРИЯ И ОСОБЕННОСТИ МИНИ-ФУТБОЛА.....	6
1.1 Возникновение мини-футбола.....	6
1.2 Правила и тактика игры в мини-футбол.....	7
1.3 Основные элементы техники защиты.....	9
1.4 Тактические действия игры в обороне .....	14
ГЛАВА 2. Практическое исследование.....	25
2.1 Педагогические наблюдения за соревновательной деятельностью юных футболистов.....	25
2.2 Первый этап подготовки.....	50
2.3 Второй этап подготовки.....	62
Заключение.....	71
Список литературы.....	75

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность исследования.** О популярности футбола в России сказано очень много. После сложного периода в начале и середине 90-х годов, развитие спорта № 1 в нашей стране продолжается достаточно плодотворно практически во всех регионах. Наряду с «большим» футболом, активно развиваются и разновидности футбола: мини-футбол. Большое значение в нашей стране сейчас придается развитию детского и массового футбола и его разновидностей. Российский футбольный союз и Ассоциация мини-футбола России продолжает реализацию проекта «Мини-футбол - в школу». В настоящее время в эту работу вовлечены представители 80% субъектов федерации России.

На различных этапах многолетней подготовки футболистов до 90% от общего объема всех средств тренировки занимают специализированные упражнения, одновременно воздействующие на все виды готовности футболистов: техническую, тактическую и физическую.

Данное исследование посвящено проблемам освоения мини-футболистами особенностей игры в обороне. Эта тема считается актуальной в связи с тем, что тонкостям действий в защитной линии, развития у мини-футболистов индивидуальных качеств, которые необходимы при оборонительных действиях, обучению и улучшению коллективных действий при игре в обороне, непонятно почему, отводят очень мало внимания. Поэтому отсутствие умения у футболистов качественно защищаться сильно заметно во время тренировок и матчей. С такими проблемами сталкивается множество команд. Между тем, находящийся в поиске, с творчеством относящийся к своей профессии тренер, достаточно быстро может узнать секреты оборонительных действий в мини-футболе, параллельно изучая игру защитников в близких к футзалу игровых видах спорта. В наше время существует множество тактических подходов к игре в обороне и каждый из них по-своему хорош. В зависимости от поставленных задач тренер выбирает нужный метод для защиты своих ворот. Выбор может зависеть от уровня мастерства соперника, от

важности конкретного матча или же для эксперимента и последующего анализа. Кто-то старается забить как можно больше мячей, кто-то делает акцент на «ноль сзади» и пытается не пропустить. Наличие разных подходов к обучению игры в обороне позволяет заметить у футболистов наличие разносторонности, что в дальнейшем сильно поможет для быстрого перестроения на другую защитную модель.

**Цель исследования:** подробно изучить основные элементы игры в защитной линии, рассмотреть базовые приемы игры, сравнить различные тактические варианты оборонительных действий.

**Задачи исследования:**

1. Проанализировать основные особенности тактики игры в мини-футбол.
2. Рассмотреть организацию игры в обороне.
3. Проанализировать динамику развития оборонительных навыков.
4. Провести педагогическое наблюдение за соревновательной деятельностью юных футболистов.
5. Показать и объяснить важность новых разработанных упражнений.
6. Улучшить физическую подготовку у молодых игроков.
7. Осуществить подробный видео разбор ошибок.
8. Определить влияние новых смешанных упражнений на повышение мастерства.
9. Провести несколько тренировочных матчей и выявить все плюсы и минусы различных тактических оборонительных схем.

**Объектом исследования** стала тренировочная и соревновательная деятельность старших юношей в мини-футболе.

**Предметом исследования** являются показатели функциональной и технико-тактической готовности полевых игроков до и после специально подготовленного тренировочного процесса.

**Гипотеза исследования:** мы предполагаем, что использование комбинированных тренировок с акцентом на игру сзади, более углубленный разбор всех вариаций оборонительных действий и их сравнение, позволит более грамотно научить молодых футболистов быстро подстраиваться под смену игрового ритма, так же поспособствует развитию периферического зрения, поскольку без этих навыков невозможно удачно выступать на высоком уровне и завоевывать трофеи.

**Методологическая база исследования.** В процессе исследования были использованы следующие методы:

- педагогическое наблюдение и анализ;
- применение мастер-классов с профессионалами;
- метод математической статистики.

**База исследования:** ДЮСШ «Металлург» г. Аша Челябинской области. Исследование проводилось в течении двух месяцев в профессиональном мини-футбольном манеже совместно с юношеской командой «Металлург» 2004-2005 г.р.

**Этапы исследования.** Первый этап – выбор темы исследования, изучение проблемы и определение методологических компонентов исследования; второй этап – написание теоретического обоснования темы; третий этап – отбор контрольных упражнений, моделирование специальных комплексов упражнений.

**Объем и структура работы.** Квалификационная работа изложена на 79 страницах, состоит из введения, двух глав, выводов к ним, заключения, литературы, включающего 52 источника. Текст иллюстрирован 3 таблицами и 14 рисунками.

## ГЛАВА 1. История возникновения и особенности мини-футбола

### 1.1 Возникновение мини-футбола

В 1920-е годы прошлого века в Бразилии была очень популярна игра в футбол на пляжах. Площадь поля была значительно меньше, чем в большом футболе. Пляжный вариант игры с небольшим количеством игроков поначалу назывался «футбол де салон». Вскоре мини-футбол проник в залы (часто его называют «футзал») и обзавелся собственными правилами.

Считается, что первыми в Европе начали играть австрийцы. Дебют экспериментальной игры состоялся в 1958 в Европе. Один из руководителей сборной Австрии Йозеф Аргауэр привёз идею этой игры из Швеции с чемпионата мира по футболу. Там он подсмотрел тренировку бразильцев в зале: увлёкся мини-футболом и предложил организовать матч в венском «Штадт-халле». Мини-футбол всем пришёлся по душе. Постепенно мини-футбол завоевывал популярность и в других странах. Все большую популярность получала эта игра в Голландии, Испании, Италии. В сезоне 1968-69 годов Голландия первой провела свой национальный чемпионат. В середине 70-х годов в Европе мини-футбол начинает развиваться, как организованный, отдельный вид спорта. 19 июля 1974 года в Риме был сыгран официально зарегистрированный первый международный матч среди национальных сборных. Сборная Италии принимала Команду Ливии и победила со счётом 9:2.

Первый в истории мини-футбола прототип-турнир чемпионата мира состоялся через двенадцать лет, с 18 по 20 ноября 1986 года в Будапеште. Участвовали 8 команд. В финальном матче хозяева, венгры победили голландцев. В 1988 году были

окончательно утверждены его правила. А в 1989 году с 5 по 15 января в Голландии состоялся пробный чемпионат мира по этому виду спорта. В финальном матче встретились сборные Голландии и Бразилии. Команда Бразилии стала первым чемпионом. С тех пор раз в четыре года проводятся чемпионаты мира по этому виду спорта. В финальном турнире принимают участие 16 команд. В настоящее время лидерами в этом виде спорта являются команды Бразилии, Испании, Италии, России, США и Германии. В первом чемпионате Европы в Испании в 1999 году чемпионом стала сборная команда России.

## 1.2 Правила и тактика игры в мини-футбол

В команде по 5 игроков (вратарь и четыре полевых). Продолжительность игры составляет два равных периода по 20 минут. Перед началом игры проводится жеребьевка для выбора сторон площадки и права начального удара. По сигналу главного судьи один из игроков начинает игру ударом по неподвижному мячу, лежащему в центре площадки, мяч при этом должен быть направлен на половину площадки соперников. Все игроки, должны находится на своей половине площадки, причем игроки команды, не выполняющей начальный удар, должны располагаться на расстоянии не менее 3 м от мяча до тех пор, пока начальный удар не будет выполнен. Игрок, выполнивший начальный удар, не имеет права вторично коснуться мяча раньше кого-либо из остальных игроков. После забитого мяча игра возобновляется так же, как и в начале игры, той командой, в ворота которой был забит гол. Перед началом второго тайма команды меняются сторонами площадки. Мяч считается забитым в ворота, если он полностью пересек линию между стойками и под перекладиной, и если при этом игрок атакующей команды умышленно не внес, не вбросил и не протолкнул мяч в ворота рукой. В случае пробития шестиметровых ударов продолжительность обоих таймов увеличивается.

Команды имеют право на взятие в каждом тайме по одному тайм-ауту продолжительностью 1 минуту.

Перед началом разрабатывается тактика игры. Проводится жеребьевка для выбора сторон площадки и права начального удара. По сигналу главного судьи один из игроков начинает игру ударом по неподвижному мячу, лежащему в центре площадки, мяч при этом должен быть направлен на половину площадки соперников. Все игроки должны находиться на своей половине площадки, причем игроки команды, не выполняющей начальный удар, должны располагаться на расстоянии не менее 3 м от мяча до тех пор, пока начальный удар не будет выполнен. Игрок, выполнивший начальный удар, не имеет права вторично коснуться мяча раньше кого-либо из остальных игроков. После забитого мяча, игра возобновляется так же, как и в начале игры, той командой, в ворота которой был забит гол.

Что касается формы игрока, состоит она из футболки с номером (футболисты одной команды должны иметь разные номера), трусов, гетр, щитков и обуви. Разрешается играть в тренировочных или гимнастических туфлях с верхом из ткани или мягкой кожи и подошвой из резины или подобного материала. Правила запрещают играть без обуви. Одежда вратаря по цвету отличается от одежды игроков обеих команд и судей.

Поле для мини-футбола должно быть перпендикулярным, длина — не более 42 м и не менее 25 м, ширина — не более 25 м и не менее 15 м. В международных матчах размеры поля:

- длина 38-42 м, ширина 18-22 м;
- ворота для мини-футбола состоят из двух прямых стоек, отделенных друг от друга на три метра и соединенных горизонтальной перекладиной, нижняя грань которой находится на расстоянии двух метров от земли. Ширина и глубина стоек — 8 см;



- мяч в мини-футболе имеет сферическую форму. Минимальный диаметр мяча — 62 см, максимальный диаметр — 64 см; вес мяча в начале игры составляет не более 430 г и не менее чем 390 г;
- применение других типов мячей разрешается в том случае, если это заранее оговаривается (кроме международных матчей).

### 1.3 Основные элементы техники защиты

Защитная стойка и техника перемещения игроков.

В течение матча игроки обороны обязаны быть готовы к любым, чаще всего непредсказуемым действиям соперников. Именно поэтому обороняющийся игрок при атаке соперника должен уметь, как я писал выше, максимально быстро принимать стойку, в которой он готов к жесткой борьбе. Данные навыки и умения позволяют действовать четко, быстро и эффективно. При игре в обороне, в правильной защитной стойке игроки находятся практически все время.

Оборонительная стойка мини-футболиста выглядит таким образом: ноги слегка согнуты в коленях и находятся примерно на ширине плеч. Руки располагаются чуть ниже поясицы для сохранения баланса тела, спина при этом почти не напряжена, а масса тела распределена на обе ноги. Взгляд защитника направлен на соперника, которого он опекает, параллельно при помощи периферического зрения игрок оценивает обстановку на мини-футбольном поле: перемещение других игроков и движение мяча. За счет принятия верной стойки, защищающийся приобретает возможность двигаться во всех направлениях и с такой скоростью, при которой появляется возможность четко контролировать действия игроков атаки и совершать быстрые маневры на площадке.

Оборонительная стойка имеет два варианта. Первый вариант: защищающийся расставляет ноги на ширину плеч, второй вариант - одна нога находится впереди другой. В первом случае у игрока появляется возможность в любую секунду начать

двигаться в любую сторону, во втором случае игрок получает шанс в любой момент, правильно взвесив ситуацию, быстро приблизиться к сопернику, владеющему мячом и совершить отбор, осуществить эффективный перехват мяча или же просто выбить у него мяч. Также можно совершить рывок и быстро перейти от обороны к атаке.

Для того чтоб научить мини-футболистов передвигаться в оборонительной стойке, в группировке, на слегка согнутых ногах рекомендуется для начала использовать упражнения, которые выполняются в невысоком темпе. При этом изменение направления движения игроков происходит по сигналу или в заранее обозначенной точке. Чтобы увеличить мастерство и прогрессировать необходимо применять защитную стойку в упражнениях с прямым контактом с соперником. Также для развития у игроков более быстрого перемещения по площадке используют такое упражнение как челночный бег с изменением направления и расстояния отрезков. Еще для опеки атакующих игроков часто используется передвижение приставными шагами. При этом обороняющиеся двигаются лицом вперед, спиной и боком вперед. Передвижение с помощью приставных шагов происходит обязательно с согнутыми, в коленных суставах, ногами.

Бег – один из основных приемов перемещения игроков в футзале. С помощью бега, игроки обороны могут быстро, исходя из сложившейся на площадке ситуации, менять свое направление и скорость. Еще одним из необходимых приемов является передвижение вперед спиной. Мини футболист, который достаточно хорошо и координированно перемещается спиной вперед, обычно неплохо действует против линии атаки. Зачастую, отсутствие умения грамотно двигаться «наоборот» у защищающихся приводит к потере инициативы и возникновению опасных и даже голевых моментов у своих ворот. В подготовительном процессе упражнения в движении чаще всего подбирают в следующей последовательности: гладкий бег трусцой, бег с ускорениями по прямой, бег с изменением направления движения, челночный бег.

Рывок – мментальное ускорение. За счет рывка игрок обороны получает прекрасную возможность прикрыть своего оппонента, произвести перехват опасного

паса или отобрать мяч, перейдя в быструю контратаку. Для данного вида ускорения футболист должен владеть правильной техникой бега, которая по технике выполнения близка к технике легкоатлета-спринтера. Нога ставится на опору с носка и выполняются резкие короткие шаги, иногда используется рывок с наращиванием темпа.

Передвижение приставными шагами выполняется из оборонительной стойки. При этом шаг начинается ногой, стоящей по направлению движения. Стопа ставится на опору перекатом с пятки на носок, и одновременно к ней мягким скользящим движением подтягивается другая нога, принимая первоначальное положение. Во время перемещения обороняющегося игрока ноги не должны перекрещиваться, а футболист должен перемещаться плавно, не подпрыгивая. Приставными шагами можно перемещаться как в стороны, так и вперед, и назад.

Прыжки применяются обороняющимися, как правило, в сочетании с другими приемами в основном в борьбе за высоко летящие мячи. Прыжки выполняются как с двух ног, так и с одной ноги. В технике игрока обороны также присутствуют прыжки вперед и в стороны, когда нужно совершить перехват передачи или завладеть мячом, который соперник далеко отпустил.

Остановки. В мини-футболе ситуация на поле меняется очень быстро, в связи с этим игрокам обороны часто приходится моментально останавливаться после различных передвижений. На тренировках большое внимание уделяется тому, чтобы перед остановкой у футболистов не гасилась скорость бега, которая должна уменьшаться при помощи большого стоп-шага. Умение резко сбрасывать скорость зачастую дает большое преимущество игрокам, находящимся в обороне. Большинство упражнений в движении, используемые тренерами в учебно-тренировочной работе, должны отражать тонкости, особенности и специфику мини-футбола. Например, во время матча, опекая соперника, игроку обороны приходится резко тормозить, затем снова начинать движение. Таким образом, подобные перемещения, связанные с достаточно быстрым преодолением инерции

собственного тела, принуждают мышцы ног совершать работу в уступающе-преодолевающем режиме, и чем "жестче" фаза амортизации, тем короче она будет по времени, тем мощнее растягивается мышца, чтобы "направить" игрока в необходимом направлении. Следовательно, тренеру необходимо внедрять в учебно-тренировочный процесс комбинированные упражнения, которые предусматривают сочетание бега с различной скоростью и в различном направлении с прыжками разных степеней сложности.

Базовые приёмы, техника отбора мяча.

Специфика мини-футбола такова, что каждый игрок, независимо от выполняемых функций и своей основной позиции на поле, должен владеть техникой отбора мяча. При этом техника отбора должна опираться на такие физические качества, как ловкость, резкость и быстрота. Кроме того, игрокам обороны почти невозможно добиться успеха, если они не обладают широким диапазоном внимания.

Исходя из конкретной ситуации на поле, обороняющимся приходится приходится использовать в игре разные приемы отбора мяча у своих оппонентов. При этом большинство из них основываются на нескольких базовых приемах, которые мы условно выделили, после того как проанализировали чемпионаты ведущих мини-футбольных держав, игры ведущих сборных национальных команд на чемпионатах мира и в первенстве Европы. К числу таких базовых приемов мы отнесли отбор мяча выбиванием, отбор накрыванием и отбор перехватом.

Отбор мяча за счет выбивания. Во время ведение мяча, соперник довольно часто отпускает от себя мяч, теряя на секунду контроль над ним. Внимательный и цепкий защитник, опекая такого противника, всеми силами постарается тут же воспользоваться такой ошибкой противника. Например, отбор мяча выбиванием можно эффективно использовать против бегущего с мячом навстречу или сбоку противника. Выбрав момент, когда игрок атаки отпустит мяч дальше чем следует, игрок обороны резким движением-выпадом старается выбить мяч или завладеть им. Выбивается мяч чаще всего носком. При этом, учитывая мини-футбольные правила,

важно не сфолить, т.к. отбор посредством выбивания нередко ведет к подкату, что в футзале считается грубым нарушением.

Отбор мяча накрыванием. Этот прием используют при борьбе с атакующим оппонентом, стремящимся за счет индивидуального мастерства решить поставленную цель. Для того чтобы успешно противостоять такому противнику, игрок обороны должен занять наиболее выгодную позицию и встать на пути движущегося ему навстречу игрока с мячом. Выбрав момент, обороняющийся резко сближается с соперником. При этом движение ноги, которая совершает отбор, чем то напоминает удар внутренней стороной стопы, которая, будто препятствие, встает на пути мяча. Атакующий, встретив такое препятствие, вследствие инерции разбега теряет мяч, который остается у защитника в ногах. Такой вариант отбора мяча требует быстроты ориентировки и решительности. Данный прием чаще всего используется, когда соперник пытается нанести удар по воротам.

Отбор перехватом. Такой прием выполняется как при потере атакующим соперником контроля над мячом, так и в случае «чтения игры», то есть предугадывания обороняющимся игроком направления передачи мяча в случае неточной передачи или дальнейшего развития атаки. Для удачного выполнения данного отбора требуется высокая концентрация внимания, хорошая стартовая скорость и, естественно, игровая смекалка, т.е. умение обороняющего до определенного момента тщательно скрывать свои настоящие замыслы.

#### 1.4 Тактические действия игры в обороне

В мини-футболе тактика игры в обороне, как и в большинстве игровых видах спорта, предусматривает такую организацию действий обороны команды против атакующего соперника, которая позволяет эффективно и без нарушения правил остановить развивающуюся атаку. Естественно, обороняющаяся команда как можно больше затрудняет взаимодействия между игроками команды соперников, выстроить свою игру так, чтобы предотвратить проникновение оппонентов в

стратегически опасную зону перед воротами и не дать им возможность атаковать ворота. Кроме того, игроки обороны стремятся максимально быстро отобрать мяч у соперников и организовать начало своей атаки. Именно поэтому тактика игры мини-футбольной команды в обороне требует к себе самого серьезного отношения как игроков, так и тренерский штаб. В коллективах, которые уделяют много времени данному игровому компоненту, сразу заметна строгая игровая дисциплина, знание игроками своих прямых обязанностей, согласованность действий игроков в четверках. Более того, грамотно выбранная командой тактика оборонительной игры зачастую становится главным козырем и эффективным оружием в игре против более сильного соперника.

Тактика игры в обороне в футзале предусматривает как индивидуальные, так и коллективные действия.

#### Индивидуальные действия.

Классификация индивидуальных оборонительных действий в мини-футболе определяет возможные ситуации, с которыми игроки защиты постоянно сталкиваются в ходе любой игры. Достижение высокого уровня мастерства практически невозможно без грамотного умения играть как против соперника с мячом, так и против соперника без мяча. В обоих вариантах особую роль играет умение обороняющихся занимать максимально выгодную позицию по отношению к опекаемому оппоненту в быстро меняющейся игровой обстановке. Можно сделать вывод, что грамотный выбор позиции является основой успешных оборонительных действий против линии атаки команды соперников.

Тренеру мини-футбольного коллектива для воспитания и развития у футболистов правильного отношения к этой, пусть не совсем заметной, но безусловно ответственной функции, необходимо постоянно выделять ее важность и постоянно отмечать, что опека игрока, не владеющего мячом - это зачастую не менее сложная задача, чем опека соперника с мячом. И вот почему. Во время опеки соперника без мяча, игрок обороны обязан, с одной стороны, "прикрыть" своего

атакующего соперника, лишая его возможности завладеть мячом, а с другой – ему необходимо предусмотреть или предвидеть возможные варианты перехвата мяча, направленного этому подопечному или же другому сопернику для развития их атаки. Чтобы тактически-правильно сыграть против соперника без мяча, игрок обороны обязан всегда занимать позицию между соперником и своими воротами (немного спиной к ним или боком) или сбоку-спереди на предполагаемом пути будущего паса. Расстояние между обороняющимся и опекаемым соперником постоянно варьируется в зависимости от игровой ситуации. Оно уменьшается, когда соперник или мяч приближаются к воротам, а увеличивается по мере удаления и мяча, и соперника от ворот. Это расстояние напрямую зависит от индивидуальных физических качеств защитника и его противника.

Таким образом, перед игроками обороны стоит две задачи: или помешать оппоненту получить пас от партнера по команде, т.е. выполнить его "прикрывание", или же перехватить адресованную ему передачу. Чтобы удачно закрыть своего соперника, необходимо хорошо, а главное, быстро ориентироваться на площадке, также иметь отличное периферическое зрение, большую маневренность, чувство дистанции и безупречно легкую и быструю работу ног.

Действия обороняющегося против соперника с мячом. Подобные действия в футзале основываются на правиле постоянно подвижной защиты, т.е. опекающий должен постоянно иметь соперника в поле зрения и контролировать его. При этом игрок обороны, в большинстве случаев, вступает в борьбу, когда соперник осуществляет либо прием мяча, либо его контролирует. В первом случае это объясняется тем, что оппонент максимально сосредоточен на приеме, и только его малая доля внимания - на успешное и перспективное технико-тактическое действие. В этом случае защитник с опытом попытается моментально извлечь из этого толк и, в зависимости от сложившейся ситуации на мини-футбольном поле, выберет наиболее успешный вариант для осуществления отбора мяча. Если же защитник не смог совершить отбор мяча у атакующего игрока, то ему необходимо приложить все силы чтобы помешать сопернику быстро продвинуться с мячом вперед. Даже если игрок

линии атаки сумел принять мяч и продвинуться к воротам, то защищающийся обязан «прилипнуть» или пристроится к нему параллельным курсом, стараясь при этом вытеснить соперника ближе к боковой линии или в угол, т.е. совершая такой действие защитник пытается обезопасить соперника с мячом. В данном положении последний будет лишен помощи партнеров и иметь ограничение в пространстве. В ситуациях, когда соперник контролирует мяч на чужой половине поля, задача игрока обороны- не только помешать контролю мяча, но заставить его отдать мяч тому партнеру, который находится в пассивной, наиболее невыгодной позиции.

Самые опасные ситуации для обороняющейся команды возникают тогда, когда атакующие стремятся часто и активно бить по воротам, в том числе и из-за пределов штрафной площади. Защитник, заняв выгодную для себя позицию, спиной или боком к своим воротам, обязан помешать планируемому удару по воротам. Подобные действия производят своего рода давление на соперника, который с мячом. Полностью сконцентрировавшись на ногах атакующего, обороняющийся пытается уловить момент замаха бьющей ноги. Поймав такое движение соперника, обороняющийся игрок резко приближается к нему и ставит свою ногу на пути предполагаемого полета мяча. Если же защитник не смог помешать сопернику совершить удар по воротам, следует проанализировать причину этого. А она, чаще всего, заключается в том, что игрок обороны занял невыгодную позицию и находился далеко от оппонента с мячом. В подобных ситуациях отсутствие давления на атакующего соперника дает последнему больше возможностей для результативной атаки ворот.

Переключение. Данный прием очень часто используется в футзале. Его суть в том, что игрок, которому по каким-то причинам не удалось доиграть с соперником до конца, передает его своему партнеру. Допустим одна из команд, при обороне, держит соперников по всей площадке, но одному из атакующих (владея или не владея мячом) предоставляется возможность выйти из-под опеки. В этом случае на опеку свободного игрока максимально быстро обязан переключиться к сопернику ближний игрок. В свою очередь, тот игрок, который упустил своего оппонента,



обязан переключиться на освободившегося от опеки соперника.

Групповой отбор мяча у соперника - это технико-тактическое взаимодействие партнеров, при котором им необходима сыгранность, согласованность, маневренность и, естественно, хорошая техника и скорость мышления. Зачастую в «мини» групповой отбор осуществляется во время того, как соперник начинает совершать скрещивающиеся движения. Так же он применяется при защитных действиях по «зонному» принципу.

Оборонительные действия при игре в меньшинстве встречаются в мини-футболе либо в случае удаления игрока, либо при подключении соперником пятого полевого игрока, или, выражаясь мини-футбольным термином, «гонялу». Наиболее часто обороняющиеся играют втроем против четырех игроков атаки. В этой ситуации ближний к сопернику, владеющему мячом, игрок обороны атакует его, при этом не давая шанса пробить по воротам, в то время как двое других обороняющихся игроков контролируют самые опасные зоны и, в случае получения мяча своими противниками, готовы очень быстро вступить в единоборство и отвести угрозу от своих ворот.

Командные действия.

В мини-футболе выделяют четыре основных варианта обороны для выстраивания тактических систем игры. Это персональная, рассредоточенная, концентрированная и зональный прессинг. Каждая из них отличается друг от друга периметром участка поля, на котором игроки обороны сопротивляются игрокам атаки, а также показателем уровня активности действий обороняющейся команды. Рассмотрим подробнее эти вариации защитных действий.

Концентрированная основывается на максимально активных действиях игроков обороны непосредственно у своих ворот. При этом их основные усилия направлены на блокировку выдвинутого вперед форварда противников и на то, чтобы перекрыть опасные зоны, через которые игроки атаки могут доставить мяч до

своего нападающего. При данной форме обороны и при грамотном ее исполнении сопернику очень сложно комбинировать на чужой половине поля и угрожать воротам.

Рассредоточенная оборона предполагает активные действия обороняющихся на достаточно широкой площади игрового поля (на своей половине или на 3/4 всего поля). При этом наиболее активные действия, обороняющиеся осуществляют против соперника, владеющего мячом, и его партнеров, открывающихся для получения передачи с целью удара по воротам.

Под прессингом подразумевается противодействие всем игрокам атаки, независимо от их расположения на поле и владения мячом. При этом варианте обороны, защищающиеся действуют плотно, всегда располагаясь очень близко к своим визави.

Итак, рассмотрим каждый из представленных вариантов обороны более подробно.

Персональная оборона. Эта тактическая система обороны основывается на опеке каждым игроком защищающейся команды заранее намеченного противника. Если оборона действует по такой схеме, то игрокам атакующей команды сложно найти возможность для получения мяча, выполнять передачи мяча и наносить удары по воротам, ввиду отсутствия времени на раздумья и из-за плотного контроля. Чтобы нейтрализовать атакующих оппонентов в мини-футболе используются два варианта: первый - тренер заранее и исходя из индивидуальных качеств распределяет игроков по силам, т.е. быстрые с быстрыми, габаритные с габаритными, второй вариант - игроки оценивают ситуацию и подстраиваются под нее, забирая ближайшего соперника. Второй вариант используют, когда физическая и тактическая подготовка всех игроков команды находится на одном уровне и все игроки полностью готовы к защитным действиям. Персональная система обороны в мини-футболе организуется и с переключением обороняющихся игроков, и без него. Первый способ подразумевает высокую маневренность всех игроков обороны. Для выполнения правильных защитных действий без переключения не обойтись без

высокой работоспособности и тактической подкованности, для чтения игры и предугадывания дальнейшего развития событий на поле. Рассматриваемая система обороны в футзале может применяться как по всей площадке, так и исключительно на своей половине, в зависимости от тактических задач. При выборе того или иного варианта необходимо учитывать следующие моменты:

а) в противоположной команде произошло удаление и нужно как можно быстрее завладеть мячом;

б) низкий уровень технико-тактической и физической подготовки противников;

в) команда терпит поражение и необходимо идти на риск, для того чтобы забить мяч;

г) игровая ситуация требует разрушить привычную для оппонентов тактику игры и навязать им свою модель ведения игры.

Персональная система подразумевает постоянное оказание давления на игроков атакующей команды. При этом, присутствует опасность относительно легкого индивидуального обыгрывания соперниками обороняющихся игроков, поскольку те не имеют взаимопомощи, особенно при рассредоточенной обороне и прессинге, а также сложности при организации быстрого прорыва после овладения мячом - это недостатки данной системы обороны. А теперь рассмотрим разновидности форм персональной системы обороны.

Концентрированная персональная оборона применяется против соперников, которые используют игру с выдвинутым форвардом, пытаются вскрыть оборону за счет индивидуальных проходов своих игроков к воротам, хорошо комбинирующих вблизи штрафной площади или же пытающихся часто и с любых позиций наносить удары по воротам.

Цель данной формы защиты - обезопасить упомянутые атакующие действия соперников. Выглядит данный вариант защитных действий следующим образом. После потери мяча, защищающиеся быстро опускаются на свою половину поля и, расположившись на ограниченном участке поля, ждут пока их подопечные начнут

приближаться. На рис.5 показано низкое и компактное расположение игроков обороняющейся команды.

Рассредоточенная персональная оборона применяется в основном чтобы препятствовать дальним ударам по воротам а также помешать организации быстрых комбинационных атак, При этом обороняющиеся оказывают активное сопротивление атакующим соперникам, как правило, на всей территории своей половины поля. После срыва атаки или при потере мяча на своей половине поля обороняющиеся игроки стараются оперативно разобрать или заранее определенных игроков, или ближайших соперников.

Персональный прессинг применяется, когда необходимо попытаться отобрать мяч у соперников и сдержать быстрое развитие атаки соперников после овладения последним мячом. Суть этой формы защиты в том, что, переходя к обороне, игроки сразу же приступают к опеке игроков противоположной команды, оказывая им активное противодействие. При этом обороняющиеся, как правило, начинают держать ближайших соперников, стараясь играть с ними вплотную, затрудняя им выход на свободные места и стараясь отобрать мяч. Естественно, при персональном прессинге основное внимание уделяется игроку, владеющему мячом. Перед опекающим стоит целый ряд задач. Ему необходимо занять позицию таким образом, чтобы перекрыт кратчайший путь к своим воротам, при этом находиться от подопечного не более чем в 1-1,5 м. В такой позиции обороняющийся игрок обязан остановить продвижение противника вперед и, желательно, начать загонять соперника в сторону ближайшего партнера. В последнем случае появляются идеальные условия для группового отбора. Если игроку удастся остановить атакующего соперника, он должен активно пытаться отнять мяч. При этом игроки, опекающие соперников без мяча, находящиеся вблизи соперника с мячом, должны также активно переключиться на противника с мячом, а в случае необходимости - на освободившегося от опеки соперника. Персональный прессинг особенно

эффективен в играх против команды с психологической неустойчивостью, недостаточной маневренностью игроков или невысоким уровнем их технического и тактического мастерства. Этим вариантом обороны часто пользуются, когда противник вводит аут или, когда голкипер вводит мяч в игру. Таким образом, персональный прессинг затрудняет атакующим соперникам условия для ориентировки, лишает их времени на принятия решения и навязывает им иной характер игры. К недостаткам этой формы можно отнести риск возникновения ошибок, которые происходят при плотной опеке соперников, отсутствие подстраховки что, естественно, грозит возможностью организации острых атак.

Зонная система обороны. Суть данной системы заключается в том, что площадь своей половины поля условно делится на зоны, за каждую из которых отвечают конкретные футболисты. Игрок, находящийся в своей зоне, полностью ответственен за нее и должен оказывать сопротивление любому сопернику, оказавшемуся на этой территории. Основное внимание при этом должно быть сосредоточено на мяче, а не на конкретном, поскольку не всегда опекаемый игрок в зоне способен угрожать воротам, а вот разрезающая передача, сквозь зону, практически всегда опасна. В то же время игроки обороны в пределах своей зоны должны постоянно менять свои позиции, отталкиваясь от того, куда перемещается мяч, соперники и партнеры. Таким образом, при зонной системе обороны каждый защитник выполняет определенные функции в своей зоне. Положительными моментами данной системы являются хорошие возможности для организации взаимопомощи между партнерами и согласованных действий, а также эффективность противодействия ударам по воротам с близкого расстояния, неплохие возможности для организации быстрого прорыва к воротам соперников.

Концентрированная зонная оборона имеет своей целью противодействие атакам соперников с близких дистанций, обезопасить выдвинутого вперед форварда соперников. Применяя эту форму защитных действий, игроки должны кучно расположиться на своей половине поля, чтобы противодействовать ударам игроков

по воротам с близкого и среднего расстояния, а также затруднить организацию с их стороны комбинаций в непосредственной близости от ворот.

Рассредоточенная зонная оборона применяется в том случае, когда, завершив атаку или потеряв мяч на чужой половине поля обороняющиеся отступают с продвигающимися вперед атакующими соперниками, одновременно противодействуя их перемещениям, затрудняя организацию быстрого прорыва. Одна из главных задач обороняющихся в этом случае - не дать возможности соперникам выполнить острую передачу партнерам, приводящую к быстрому прорыву, увеличить время пребывания соперников подальше от своих ворот, чтобы все игроки обороняющейся команды сумели возвратиться на свою половину поля и успели принять активное участие в защитных действиях своей команды.

Зонный прессинг - это наиболее активная и труднопреодолимая форма защитных действий в мини-футболе. Особенно она эффективна тогда, когда команда в ходе учебно-тренировочных занятий постоянно совершенствует ее элементы. Суть зонного прессинга в том, что, потеряв мяч при атакующих действиях, игроки быстро возвращаются на свою половину поля и занимают позиции в заранее определенных зонах. Естественно, основное внимание при этом уделяется сопернику с мячом.

#### Комбинированная система обороны

Данная форма защитных действий предполагает одновременное использование командой как персональной, так и зонной систем обороны. Наиболее распространенным способом осуществления комбинированной системы обороны является персональная опека одним или двумя партнерами сильнейших игроков противоположной команды и противодействие другим партнерам другим соперникам в своих зонах.

## ГЛАВА 2. ПРАКТИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ

Для проведения исследования я выбрал воспитанников ДЮСШ «Металлург» старших юношей 2004-2005 г.р. Ребята были ознакомлены с новым подходом к тренировочному процессу. Совместно с главным тренером был установлен график проведения занятий. Исследование проходило в течение двух месяцев, первый из которых был подготовительный, а второй – экспериментальный.

### 2.1. Педагогические наблюдения за соревновательной деятельностью юных футболистов

Педагогические наблюдения за соревновательной деятельностью юных футболистов 8-17 лет в 30 официальных и учебных играх позволили определить структуру основных технико-тактических действий (ТТД) для каждого-го возраста (см. таблицу). Регистрация ТТД осуществлялась по общепринятой методике: рассчитывались количество действий с мячом и процент брака. При этом исследовались данные по всем ДСЮСШОР Челябинской области, в которых дети и подростки занимаются футболом.

Установлено, что футболисты 8-9 лет выполняют командой в среднем за игру 410 ТТД при браке 39%; 10-11 лет - 445 ТТД при браке 39%; 12-13 лет - 544 ТТД при браке 37%; 14-15 лет - 592 ТТД при браке 33%; 16-17 лет - 778 ТТД при браке 28%.

Анализ показал, что команды, как правило, строят свою игру на использовании

простых в координационном отношении и хорошо освоенных технических приемах. Исключение, пожалуй, составляют юные футболисты 8-9 лет, применяющие любые ГТД, которые в полной мере нельзя назвать целесообразными с позиций тактики. Да и в техническом плане выполняемые приемы несовершенны, так как нет еще базы элементарных технических действий, следствием чего в этом возрасте и является высокий брак при выполнении коротких и средних передач вперед - 49%, прострелов - 57, обводки - 38, отбора - 47, единоборств внизу - 58 и вверху - 37, игре головой - 51, ударах в ворота головой - 29 и ногой - 54%.

Низкая эффективность выполнения сложных технических приемов сохраняется и в последующих возрастах. Так, брак при выполнении длинных передач в 12-13 лет составляет 42%, в 14-15 лет - 45%, в 16-17 лет - 42%.

Такой технический прием, как передача "на ход", выполняется с браком в 10-11 лет - 39%, в 12-13 лет - 40, в 14-15 лет - 39, в 16-17 лет - 40%. Сюда можно отнести и прострелы, брак при выполнении которых составляет в 10-11 лет 49%, в 12-13 лет - 46, в 14-15 лет - 43, в 16-17 лет - 53%.

Таблица 1

Структура основных компонентов соревновательной деятельности футболистов 8-17 лет по количеству выполняемых ГТД за матч (в %)

Параметры исследования			Возраст, лет				
			8-9	10-11	12-13	14-15	16-17
			КОЛИЧЕСТВО МАТЧЕЙ				
			42	47	43	59	39
ПРИЕМЫ.	Короткие	назад поперек	8,0	9,0	11,0	13,0	20,0
	Средние	вперед	18,0	21,0	19,0	16,0	19,0
ПЕРЕДАЧИ	"НАХОД"		0,2	2,0	3,0	3,0	3,0
	ДЛИННЫЕ		0	0	2,0	3,0	2,0
	ПРОСТРЕЛЫ		3,0	4,0	3,0	4,0	3,0



ВЕДЕНИЕ		19,0	16,0	15,0	16,0	17,0
ОБВОДКА		12,0	9,0	8,0	8,0	7,0
ОТБОР		13,0	13,0	11,0	11,0	7,3
ПЕРЕХВАТ		10,4	11,4	10,4	10,0	8,0
ВНИЗУ	ЕДИНОБОРСТВА	5,0	4,0	6,0	4,4	3,0
	ВВЕРХУ	16,2	2,0	2,0	2,0	2,0
ИГРА ГОЛОВОЙ		2,0	2,0	3,0	3,0	3,0
УДАРЫ	ГОЛОВОЙ	0,2	0,2	0,2	0,2	0,3
	НОГОЙ	4,0	2,4	3,0	3,0	3,0
ПОТЕРИ		4,0	4,0	3,4	3,4	2,4
ВСЕГО ЗА ИГРУ		100,0	100,0	100,0	100,0	100,0

При выполнении обводки соперника брак составляет 41% в возрасте 10-11 лет, 37% - 12-13 лет, 31% - в 14-15 лет, 33% - в 16-17 лет.

Малоэффективными являются действия, связанные с игрой вверху. Так, при выполнении юными футболистами единоборств вверху в 10-11 лет брак составил 49%, в 12-13 лет - 47, в 14-15 лет - 48, в 16-17 лет - 36%. Игра головой выполняется с браком 45% в 10-11 лет, 37% - в 12-13 лет, 34% - в 14-15 лет, 32% - в 16-17 лет. При выполнении ударов головой в ворота брак составляет 24% в 10-11 лет, 24% - в 12-13 лет, 32% - в 14-15 лет, 58% - в 16-17 лет.

Достоверность различий в возрастном аспекте процента брака существует только в показателях спортсменов 8-9 и 16-17 лет, что говорит о "разрыве" в длительном процессе обучения и отсутствии преемственности в улучшении качества игры.

По-видимому, вследствие этого отставание в усвоении игровых приемов на этапе начального обучения отрицательно влияет на дальнейшую подготовку футболистов.

Низкая техническая оснащенность не позволяет большинству юных

футболистов увеличить объем применения сложнокоординационных действий.

Поэтому в игре они применяют передачи "на ход" всего в диапазоне от 0,2 до 3% от всех ТТД за игру, длинные передачи - от 2 до 3%, прострелы - от 3 до 4%, единоборства вверху - от 1,2 до 2%, игру головой - от 2 до 3%, удары в ворота головой - от 0,2 до 0,3% и ногой - от 3 до 4%.

Изучение особенностей соревновательной деятельности юных футболистов в широком диапазоне показало, что в игре 8-9-летних спортсменов значительно больше других используются ТТД, связанные с достаточно продолжительным контролем над мячом посредством его многократных касаний (ведение, обводка).

При этом необходимо отметить, что обыгрыш соперника посредством обводки наиболее часто применяется в игре футболистов в 8 лет (12%), а к 16-17 годам составляет только 7% всего объема ТТД.

По всей видимости, причина этого в том, что в 8-9 лет игрок чаще использует технические действия индивидуальной тактики.

В 16-17 лет тактический потенциал гораздо разнообразней и игрок использует приемы групповой и командной тактики, поэтому передачи мяча занимают приоритетное место.

Практика футбола показывает, что тренеры, не уделяя должного внимания обучению контролю над мячом во время скоростного передвижения на начальном этапе подготовки, по-видимому, не дают возможности в полной мере индивидуально раскрыться юным спортсменам.

Низкая эффективность выполнения некоторых ТТД приводит к тому, что юные футболисты вынуждены выбирать не оптимальное продолжение тактической комбинации (это не относится к игрокам групп начального обучения), а, как правило, то, которое может быть выполнено без потери мяча. Данная закономерность в организации игры отмечалась и ранее у высококвалифицированных футболистов [6, с. 145].

Анализ корреляционных связей показал, что ведение мяча как технический элемент не только влияет на результат матча, но и является связующим звеном

между ТТД, которые выполняются в игре.

Так, в 8-9 лет ведение связано с количеством передач назад и поперек поля ( $r=0,68$ ;  $p<0,001$ ) и качеством выполнения этих передач ( $r=0,74$ ;  $p<0,001$ ), с количеством и качеством передач "на ход" ( $r=0,63$ ;  $p<0,001$  и  $r=0,62$ ;  $p<0,01$ ), с количеством прострелов ( $r=0,62$ ;  $p<0,01$ ), с количеством обводки соперника ( $r=0,71$ ;  $p<0,001$ ), с качеством перехвата ( $r=0,59$ ;  $p<0,01$ ), с количеством игры головой ( $r=0,63$ ;  $p<0,001$ ), с количеством ударов в ворота ( $r=-0,63$ ;  $p<0,001$ ) и с количеством всех ТТД, выполненных за игру ( $r=0,64$ ;  $p<0,001$ ).

В 10-11 лет взаимосвязь ведения с обводкой ( $r=0,81$ ;  $p<0,001$ ), с игрой головой ( $r=-0,63$ ;  $p<0,001$ ), с количеством и качеством всех ТТД, выполняемых за игру ( $r=0,82$ ;  $p<0,001$  и  $r=-0,68$ ;  $p<0,001$  соответственно), еще раз подтверждает большую значимость этих ТТД в игре футболистов младших возрастных групп.

Качество же ведения связано с количеством коротких и средних передач поперек и назад ( $r=-0,56$ ;  $p<0,001$ ) и качеством этих передач ( $r=0,54$ ;  $p<0,01$ ), с качеством передач "на ход" ( $r=-0,55$ ;  $p<0,01$ ), с качеством перехватов ( $r=0,55$ ;  $p<0,01$ ).

Анализ результатов корреляционных взаимосвязей показал, что у юных футболистов 12-13 лет ведение связано с результатом игры ( $r=0,44$ ;  $p<0,05$ ), с качеством передач вперед ( $r=-0,49$ ;  $p<0,01$ ), с обводкой ( $r=0,85$ ;  $p<0,001$ ), с количеством ударов в ворота ( $r=0,48$ ;  $p<0,01$ ), с количеством потерь ( $r=-0,49$ ;  $p<0,01$ ), с количеством и качеством всех ТТД, выполненных за матч ( $r=0,58$ ;  $p<0,001$  и  $r=-0,76$ ;  $p<0,001$ ).

Качество же ведения связано с количеством обводки ( $r=-0,48$ ;  $p<0,01$ ), с количеством отборов ( $r=0,62$ ;  $p<0,001$ ), с количеством перехватов ( $r=0,55$ ;  $p<0,01$ ), с качеством всех ТТД, выполняемых за матч ( $r=0,52$ ;  $p<0,01$ ).

В возрасте 14-15 лет ведение связано с количеством и качеством передач назад и поперек ( $r=0,61$ ;  $p<0,001$  и  $r=0,79$ ;  $p<0,001$ ), с количеством и качеством передач вперед ( $r=-0,60$ ;  $p<0,001$  и  $r=0,58$ ;  $p<0,001$ ), с количеством передач "на ход" ( $r=-0,46$ ;  $p<0,05$ ), с количеством обводки ( $r=0,70$ ;  $p<0,001$ ), с качеством отбора ( $r=-0,46$ ;  $p<0,05$ ), с количеством и качеством выполнения всех ТТД за матч ( $r=0,76$ ;  $p<0,001$  и

$r=-0,80$ ;  $p<0,001$  соответственно).

Взаимосвязь ведения у спортсменов 16-17 лет установлена с результатом игры ( $r=0,75$ ;  $p<0,05$ ), с количеством передач назад и поперек ( $r=0,88$ ;  $p<0,001$ ), с количеством передач вперед ( $r=0,88$ ;  $p<0,001$ ) и качеством ( $r=-0,80$ ;  $p<0,01$ ), с количеством длинных передач ( $r=-0,66$ ;  $p<0,05$ ), с количеством прострелов ( $r=0,76$ ;  $p<0,05$ ), с количеством ударов по воротам ногой ( $r=0,84$ ;  $p<0,01$ ), с количеством и качеством выполненных ТГД за игру ( $r=0,89$ ;  $p<0,001$  и  $r=-0,94$ ;  $p<0,001$  соответственно).

**ВЫВОДЫ.** 1. Количественные и качественные характеристики ТГД, а также их удельный вес в структуре соревновательной деятельности отличаются у юных футболистов разного возраста.

Футболисты младших возрастных групп ведут игру преимущественно за счет технических приемов, связанных с контролем над мячом посредством многократных касаний (ведение и обводка).

С возрастом происходит перераспределение структурных элементов соревновательной деятельности в сторону объема всех разновидностей передачи мяча.

2. Возрастные особенности структуры и характера взаимосвязей технико-тактических действий юных футболистов в условиях соревновательной (игровой) деятельности должны определять содержание многолетней технической подготовки на каждом из ее этапов.

В исследованиях А.П. Золотарева, А.В. Петухова, В.В.Лобановского, А.И. Шамардина, В.С. Хомутского установлена структура тактической подготовки юных футболистов разного возраста. Так, по данным А.И. Шамардина игроки 8-9 лет чаще всего используют в игре такие ТГД, как ведение - 19 %, короткие и средние передачи вперед - 18 %, отбор - 13 %, обводку - 12 %, перехват - 10,4 % (табл. 1).

Изменения, которые происходят на протяжении многолетней подготовки, находят свое отражение и в структуре тактической подготовки юных футболистов. Достоверно возрастает объем от 8 до 17 лет у следующих ТГД: короткие и средние

передачи мяча в различных направлениях, передачи мяча «на ход», прострелы (кроме 10-11 лет), перехват, единоборства вверху, игра головой (кроме 10-11 лет), объем всех ТТД за игру.

При этом в структуре ТТД спортсменов 8-9 лет незначимы в целом по отношению к другим возрастам изменения объемов следующих действий: ведение (кроме 16-17 лет), обводка, отбор, единоборства внизу, удары головой в ворота (кроме 14-15 и 16-17 лет), удары ногой в ворота (кроме 10-11 лет).

Таблица 2

Структура основных компонентов соревновательной деятельности футболистов 8-17 лет по количеству выполняемых ТТД за матч (%).

№№	ПОКАЗАТЕЛИ		ВОЗРАСТ (ЛЕТ)				
			8-9	10-11	12-13	14-15	16-17
п.п.			I	КОЛИЧЕСТВО МАТЧЕЙ			
			42	47	43	59	39
ПЕРЕДАЧИ:							
1.	короткие,	назад и поперек	8,0	9,0	11,0	13,0	20,0
2.	Средние	вперед	18,0	21,0	19,0	16,0	19,0
	на ход		0,2	2,0	3,0	3,0	3,0
4.	Длинные		0	0	2,0	3,0	2,0
5.	Прострелы		3,0	4,0	3,0	4,0	3,0
6.	ВЕДЕНИЕ		19,0	16,0	15,0	16,0	17,0
7.	ОБВОДКА		12,0	9,0	8,0	8,0	7,0
8.	ОТБОР		13,0	13,0	11,0	11,0	7,3
9.	ПЕРЕХВАТ		10,4	11,4	10,4	10,0	8,0
ЕДИНОБОРСТВА:							
10.	Внизу		5,0	4,0	6,0	4,4	3,0
11.	Вверху		1,2	2,0	2,0	2,0	2,0

12.	ИГРА ГОЛОВОЙ	2,0	2,0	3,0	3,0	3,0
	УДАРЫ:					
13.	Головой	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2
14.	Ногой	4,0	2,4	3,0	3,0	3,0
15.	ПОТЕРИ	4,0	4,0	3,4	3,4	2,4
16.	ВСЕГО	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0

У рассматриваемых возрастных групп юных футболистов, по данным А.И. Шамардина, достоверные отличия ( $p < 0,05$ ) обнаружены между: передачами назад и поперек, «на ход», ведением (кроме 12-13 лет), единоборствами внизу (кроме 16-17 лет), единоборствами вверху (кроме 12-13 лет), объемами всех ТТД.

В структурных соотношениях ТТД спортсменов 10-11 лет по отношению к другим возрастам не отмечено достоверных различий между: передачами вперед (кроме 16-17 лет), прострелами, обводкой (кроме 16-17 лет), отбором, перехватом (кроме 16-17 лет), между ударами головой в ворота.

Структура игры 12-13-летних футболистов достоверно отличается от 14-15 и 16-17 - летних в следующих ТТД: передачах назад и поперек (кроме 14-15 лет), вперед (кроме 14-15 лет), ударах в ворота ногой (кроме 14-15 лет), объемах всех ТТД за игру (кроме 14-15 лет). Незначимо отличие между: передачами «на ход», длинными передачами, прострелами и навесными передачами, отбором, перехватом, единоборствами внизу и вверху, игрой головой, ударами по воротам головой.

В структуре ТТД у спортсменов 14-15 и 16-17 лет отмечены достоверные различия: в передачах мяча назад, поперек, вперед, в ведениях, ударах в ворота головой.

По данным А.И. Шамардина качественные характеристики тактических действий также подвержены возрастным изменениям. При этом имеют место характерные особенности.

Так, по отдельным ТТД достоверность различий обнаружена только в показателях спортсменов 8-9 лет с 16-17-летними, что говорит о разрыве в

длительном процессе обучения и отсутствии преемственности в улучшении качества игры.

Качество передач «на ход», длинных передач мяча, прострелов, ведения, обводки, отбора, перехватов, единоборств внизу и вверху, ударов головой и ногой в ворота, потерь при остановках мяча в большинстве случаев не претерпевает изменений с возрастом юных спортсменов. Установленное положение свидетельствует о своеобразной отрицательной, в возрастном аспекте, преемственности в тактической подготовленности футболистов.

Изучение возрастных закономерностей структуры тактической подготовки позволяет выделить технико-тактические элементы, являющиеся приоритетными для каждого возраста юных футболистов, что дает возможность дифференцировать содержание многолетней подготовки.

При решении поставленных задач дипломной работы использовались следующие методы научного исследования:

1. Анализ и обобщение научно-методической литературы
2. Педагогические наблюдения
4. Спортивно-педагогическое тестирование
5. Педагогический эксперимент

Анализ научно-методической литературы был ориентирован на поиск и систематизацию данных по современным аспектам тактической подготовки высококвалифицированных и юных футболистов, проблеме разносторонности ТТД, включая действующие программно-нормативные документы, а также документацию планирования тренеров ДЮСШ.

При этом учитывались современные научно-теоретические установки по деятельностному подходу.

Педагогические наблюдения в условиях соревнований и тренировки осуществлялись по модифицированной А.П. Золотаревым методике Б. Чирвы. Регистрировались 32 параметра тактики игры.

Наряду с этим по общепринятой методике регистрировались объем и эффективность ТТД в матче.

Фиксировались следующие индивидуальные ТТД с мячом.

Передачи назад, поперек и вперед:

- короткие и средние (до 30 м);
- длинные (более 30м);
- «на ход» - передача на свободное место;
- прострельные и навесные передачи мяча — из-за пределов штрафной площади к воротам соперника.

Ведение мяча - перемещение с мячом при сохранении контроля над ним посредством многократных касаний.

Обводка - действия футболиста, владеющего мячом, направленные на преодоление сопротивления соперника.

Отбор мяча - действия, направленные на овладение мячом, который контролируется соперником.

Перехват - действия, направленные на овладение мячом, который еще (или уже) не контролируется соперником.

Единоборства за мяч:

- вверху - борьба за летящий мяч;
- внизу - борьба за мяч на земле.

Игра головой - передачи мяча головой.

Удары в ворота:

- головой - удары по мячу головой, направленные «на взятие» ворот;
- ногой — удары по мячу ногой, направленные «на взятие» ворот.

Потери - действия, повлекшие переход мяча к команде соперника (утрата контроля над мячом).

Точно выполненными считаются:

- передачи - если мяч попал к партнеру;
- ведение - если мяч сохраняется под контролем игрока;



- обводка - если мяч сохраняется под контролем игрока;
- отбор - если соперник терял контроль над мячом;
- перехват - если передача соперника не достигла желаемой цели;
- единоборства - если мячом овладел игрок или его партнер;
- удары в ворота — если мяч попал в створ ворот, независимо от того, что его поймал вратарь или перехватил другой игрок соперника в непосредственной близости от ворот или мяч пересек линию ворот.

Педагогический эксперимент осуществлялся с целью проверки эффективности авторской методики по следующим аспектам:

- повышение тренировочного уровня разносторонности тактики игры;
- оптимизация уровня тренировочной разносторонности атакующих и оборонительных тактических действий.

В начале педагогического эксперимента и по его окончании было проведено комплексное тестирование подготовленности юных футболистов экспериментальных и контрольных групп рассматриваемого возраста. Все временные параметры тестов фиксировались электронным хронометром. Кроме этого учитывались исходные и конечные показатели разносторонности тактики игры, а также объем и эффективность ТГД, регистрируемые в педагогических наблюдениях в условиях соревнований.

В начале эксперимента в абсолютном большинстве рассматриваемых показателей не было установлено статистически достоверных различий между экспериментальными и контрольными группами. Исключение составили показатели ловкости спортсменов контрольной группы, превышающие аналогичные сверстников экспериментальной, а также показатель выносливости футболистов 14-15 лет, уровень которого в экспериментальной группе был несколько выше.

На третьем этапе осуществлялись обработка и анализ результатов дипломного исследования.

Анализ результатов педагогических наблюдений в условиях реального тренировочного процесса и соревнований позволил установить существенные

различия рассматриваемых параметров разносторонности тактики игры в зависимости от возраста юных футболистов.

Уровень тренировочной разносторонности тактики (ТРТк) юных футболистов 14-15 лет ниже, чем соревновательной (СРТк). При этом, если ТРТк к возрасту 15 лет повышается относительно равномерно, то СРТк подвержена более выраженным и неравномерным изменениям. Наряду с этим в возрастной группе 14-15 лет отмечены особенности соотношения разносторонности тактики атакующих и оборонительных действий.

У футболистов 8-9 лет при существенных различиях тренировочной и соревновательной разносторонности тактики атакующих действий ( $t = 4,7$ ;  $p < 0,001$ ) ее уровень в оборонительных действиях одинаков в игре и тренировке. В возрастных группах 14-15 отмечено устойчивое преобладание тактики разносторонности атакующих действий над оборонительными ( $t = 3,3-4,2$ ;  $p < 0,01$ ) в условиях СД.

Для выявления возрастных особенностей взаимосвязей рассматриваемых параметров разносторонности техники и тактики и степени их влияния на результативность СД юных футболистов был осуществлен корреляционный анализ.

Начиная с 12-летнего возраста, обозначается тенденция повышения уровня зависимости результативности СД от разносторонности соревновательного и тренировочного объемов техники и тактики игры ( $r = 0,413-0,451$ ;  $p < 0,05$ ). При этом значительно возрастает степень взаимосвязей всех рассматриваемых показателей разносторонности между собой ( $r = 0,631-0,810$ ;  $p < 0,05$ ).

Наиболее выражение данные закономерности прослеживаются у юных футболистов 14-15 лет. Возрастает зависимость результата игры от разносторонности ТТД ( $r = 0,510-0,623$ ;  $p < 0,05$ ), теснее становятся взаимосвязи соревновательного и тренировочного объемов разносторонности тактики ( $r = 0,737-0,861$ ;  $p < 0,01$ ).

В дальнейшем, в возрасте 16-17 лет, уровень рассматриваемых показателей стабилизируется. Таким образом, очевиден факт повышения с возрастом юных футболистов влияния на количественные и качественные характеристики СД

рассматриваемых показателей разносторонности тактики игры. Наиболее характерно это прослеживается, начиная с 14-15 лет.

Помимо этого к 14-15-летнему возрасту у юных футболистов в условиях СД наблюдается своеобразный «скачок» показателя разносторонности тактики игры, которой составляет 15,6%. Данный факт подтверждает положение А.П. Золотарева о необходимости рассматривать этот возрастной этап в многолетней подготовке как «критический» в аспекте становления тактического мастерства.

Обращает на себя внимание неравномерность распределения по возрастам различий в показателях объемов разносторонности тактики атакующих и оборонительных действий, как в тренировке, так и в условиях СД (табл. 1).

С учетом отмеченной выше степени влияния показателей рассматриваемых объемов разносторонности ТТД на успешность СД юных футболистов, особенно, начиная с 12-летнего возраста, можно констатировать факт увеличения от этапа к этапу многолетней подготовки различий объемов разносторонности тактики атакующих и оборонительных действий (с преобладанием первых) в условиях СД. В условиях тренировочного процесса подобной четкой закономерности не прослеживается.

Таблица 3

Разность показателей разносторонности тактики атакующих и оборонительных действий юных футболистов (%).

№№ п.п.	УСЛОВИЯ	ВОЗРАСТ (лет)				
		8-9	10-11	12-13	14-15	16-17
1.	Тренировка	6,0	6,4	20,6	-1,3	9,4
2.	Соревнования	17,0	-11,3	4,3	10,9	25,5

Примечание: со знаком « - » отражено преобладание объема разносторонности тактики оборонительных действий над атакующими, без знака «-» - преобладание объема разносторонности тактики атакующих действий над

оборонительными.

Установленный факт свидетельствует о тенденции определенного «разрыва» в тактическом арсенале юных спортсменов, прогрессирующего от этапа к этапу многолетней подготовки. Расширяя с возрастом диапазон тактики атакующих действий, традиционная методика тренировки не способствует аналогичным темпам повышения объема тактики игры в обороне. Причем, это прослеживается как в условиях тренировки, так и соревнованиях.

Выявленные особенности исследуемых объемов разносторонности тактики игры юных футболистов на этапах многолетней подготовки указывают на конкретные количественные различия этих показателей в зависимости от возраста спортсменов.

Установленные граничные по возрастам значения разносторонности тактики предполагают возможность дальнейшей дифференцировки содержания тактической подготовки юных футболистов.

Анализ современного состояния теоретико-методических основ многолетней тактической подготовки юных футболистов с учетом разносторонности техники и тактики игры свидетельствует об отсутствии научно обоснованной методики тренировки в данном направлении.

При подчеркиваемой специалистами футбола значимости такой методики, содержательный компонент последней до настоящего времени не разработан. Обращает на себя внимание факт определенного «разрыва» в уровне теоретических знаний по исследуемой проблеме у ведущих тренеров профессиональных клубов России и специалистов, работающих в области детско-юношеского футбола.

Отмеченное положение отражает в рассматриваемом аспекте состояние программно-нормативной базы, регламентирующей многолетнюю подготовку спортивного резерва в футболе.

Показатели разносторонности тактической подготовленности футболистов подвержены значительной возрастной вариативности. В период с 8 до 13 лет тренировочный объем разносторонности техники уступает соревновательному.

Начиная с 14-летнего возраста, соотношение этих объемов изменяется в пользу тренировочной деятельности.

С возрастом показатели разносторонности тактики игры изменяются. Так, у футболистов 8-9 лет при существенных различиях объемов тренировочной и соревновательной разносторонности атакующих действий ее уровень в оборонительных действиях одинаков в игре и тренировке. В показателях спортсменов 14-15 лет отмечено обратное соотношение. В других возрастных группах (кроме показателей СРТк в 10-11 лет) наблюдается устойчивое преобладание разносторонности тактики атакующих действий над оборонительными.

Подобная закономерность, по-видимому, отражает содержание традиционно сложившейся многолетней тактической подготовки юных футболистов с преобладанием обучения тактике атакующих действий.

Отсутствие в современной методике многолетней тактической подготовки юных футболистов учета возрастных параметров разносторонности техники и тактики игры ограничивает возможности дальнейшего совершенствования учебно-тренировочного процесса.

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

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

Как показывает опыт других видов спорта для более качественного обучения элементам тактики необходим новый методический принцип, основой которого

является системный подход, получающий в настоящее время все большее распространение в спорте как методологическое направление в изучении объектов и процессов.

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

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

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

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

Существует мнение что, содержание тактической подготовки юных футболистов 14-15 лет должно отличаться от других возрастных групп. Ввиду того, что темпы прироста уровня специфических координационных способностей в этот

период значительно замедляются и даже возможно снижение показателей относительно предыдущей возрастной группы, данный этап тренировки целесообразно посвятить в большей степени собственно тактической подготовке, не ставя целью существенное повышение уровня техники владения мячом.

Однако преобладание тактического компонента в тактической подготовке будет здесь вполне оправданным, поскольку на этом возрастном отрезке объем знаний и умений в тактике значительно возрастает.

Ведь согласно программным требованиям в этом возрасте интенсифицируется спортивная специализация по игровому амплуа, что наряду с индивидуальной тактикой требует большого объема работы над групповыми тактическими взаимодействиями.

Основу содержания подготовки должны составлять «связки» ТТД. Для этого учебные игры проводятся не только на площадках уменьшенных размеров, но и на стандартных полях.

Можно рекомендовать следующие типовые «связки», использованные тренерами детских школ в качестве специализированных средств тренировки в педагогическом эксперименте:

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

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

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

В тактической подготовке юных футболистов 14-15 лет особое внимание следует уделять чередованию фаз игры при переходе от атаки к обороне и наоборот. После срыва собственных атакующих действий необходимо добиваться от игроков быстрого возвращения на свою исходную по амплуа позицию, «закрывания» зоны поля или конкретного соперника. После срыва атаки соперника - быстро оценить ситуацию и выбрать позицию, удобную для получения мяча и начала организации атакующих действий своей команды.

Тактическая подготовка футболистов 14-15 лет должна быть подчинена достижению максимально возможного единства технико-тактической и физической подготовленности.

В связи тем, что возраст 15 лет рекомендуется рассматривать как «критический» в плане становления тактического мастерства в многолетней подготовке юных футболистов, к этому возрасту спортсмен должен освоить весь арсенал ТТД и уметь выполнять их в достаточно сложных условиях.

В тактической подготовке футболистов 14-15 лет важное значение приобретает реализация так называемых стандартных положений. Кроме этого, уровень тактической подготовленности юных футболистов этого возраста должен предполагать как обязательное требование умение, независимо от игрового амплуа, индивидуально обыграть соперника посредством обманных движений или скоростной обводки.

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

С позиций показателей разносторонности ТТД в подготовке футболистов на данном этапе необходимо обязательно учитывать следующие особенности. Как говорилось выше, начиная с 14-15-летнего возраста, у юных футболистов отмечается возрастающая тенденция преобладания соревновательного объема



разносторонности ТТД над тренировочным в пределах 20%. Такой «разрыв» в показателях свидетельствует об определенных резервах, кроющихся в традиционном построении учебно-тренировочного процесса, в плане повышения его эффективности. Об этом свидетельствует и разница в показателях разносторонности тактики атакующих и оборонительных действий, составляющая около 11 %.

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

Как отмечалось выше, к 15-летнему возрасту футболист должен в полном объеме овладеть рациональной техникой игры. В противном случае возможности эффективного роста тактического мастерства в дальнейшем могут быть в этом плане значительно ограниченными.

В этой связи тактическая подготовка юных футболистов 14-15 лет должна строиться с обязательным учетом принципа «единства техники и тактики». На данном этапе многолетней подготовки на основе эффективной индивидуальной тактики должны быть созданы предпосылки для успешности групповых и командных взаимодействий на достаточно высоком уровне.

С учетом существенно возрастающего в этот период влияния на эффективность соревновательной деятельности показателей всех видов разносторонности тактики, в подготовке футболистов 14-15 лет необходимо широко использовать игровые упражнения, требующие комплексного проявления специфических координационных способностей в действиях с мячом. При этом специализированные задания должны выполняться в условиях обязательного принятия решения в быстро изменяющихся ситуациях. Основным критерием оценки адекватности технико-тактического действия должна быть его целесообразность.

Обязательным компонентом в предлагаемой схеме является контроль за СД, на основе данных которого осуществляется коррекция содержания подготовки, что

повышает ее эффективность и, в конечном счете, должно работать на спортивный результат.

В тренировке тактики двусторонней игры следует отойти от способа тренировки сразу двадцати двух игроков. Такая тренировка мало способствует тактическому совершенствованию команды, ибо руководитель не сумеет одновременно уделить внимание всем игрокам, поправлять сразу все их ошибки, давать вводные задания и отмечать все неправильности, происходящие в разных концах поля.

Такая игра перестает быть двусторонней игрой и превращается в утомительную, скучную тренировку. Исходя из этих соображений, применяют такую форму тренировки: руководитель игры не судит, а поручает это другому опытному футболисту, сам же, пользуясь свистком другого тона, останавливает игру, когда это нужно для разбора и пояснений.

В день занятий целесообразно тренировать только одну команду, и все внимание должно быть отдано ей. Тренирующаяся команда получает общее задание: например, по тренировке на защиту, тренировке на переход от защиты к нападению и т. п.

Во время тренировки руководителю следует сосредоточить внимание на 2—3 игроках одного звена, перед которыми ставится специальное задание.

Руководитель, расположившись в районе действия звена, получившего такое задание, помогает ему своими указаниями. Противник не должен знать, в чем заключается задание. По ходу игры нужно замечать неправильные тактические решения и у других игроков и звеньев с тем, чтобы при дальнейшей их тренировке исправить недостатки. При ошибках, являющихся типичными для всех игроков, игра прерывается и руководитель дает соответствующие указания. Иногда игру останавливают для того, чтобы повторить особо удачную комбинацию.

После 30—40 минут работы с одним звеном руководитель переходит к другому. В первую очередь избираются для тренировки игроки того звена, которое менее сыграно между собой. Иногда таким звеном может быть целиком какая-либо линия

или часть ее в команде.

Например, поставлена задача выработать у полусредних свойство неотступно следовать за своим центром нападения и краями, а в случае необходимости—быстро перемещаться ближе к своим воротам.

Тренировка в таком случае сводится к следующему: после объяснения задачи руководитель располагается около полусредних и, как только центр и крайние нападающие с мячом уходят вперед, посылает вперед и полусредних, командует ими, указывая, где им действовать. Но как только мяч переходит на свою половину поля, руководитель заставляет их бежать к своим воротам, сковывать полузащитников, поддерживающих атаку и др.,

Часто встречается ошибка полузащитника, заключающаяся в том, что, передав мяч своему нападающему, он не продвигается вперед или не возвращается к защите. Постоянное напоминание исправляет этот недостаток.

Если впоследствии иногда и наблюдается эта ошибка, то скорее из-за недостатка сил у игрока, чем из-за непонимания им тактической необходимости. Для выработки упорства и воли к победе, напора, выносливости и маневренности полезно уменьшить тренирующуюся команду, поставив в нее 8—9 игроков и заставляя их играть против 11.

Иногда, когда позволяет достаточное количество игроков, можно против 11 основных тренирующихся ставить 12—13 человек, причем к сильным, выделяющимся игрокам основной команды прикрепляются специальные игроки, ни на шаг не отступающие от них. Игроки при такой игре неравночисленных команд должны сосредоточивать свое внимание на точных передачах, на искусном маневрировании, чтобы возместить численное превосходство противника.

Самым ценным в такой тренировке является изучение быстрого перехода от защиты к нападению и бережливое отношение к каждому мячу. Основные положения в тренировочной работе по тактике следующие.

1. Индивидуальная, групповая (звеньевая) тренировка основ тактических комбинаций с последующим их применением в двусторонних играх, выработка

недостающих качеств и ликвидация ошибок у игроков являются главной задачей в процессе тренировки тактики.

2. Тактическое понимание и совершенствование вырабатываются в индивидуальной, групповой и последующих двусторонних тренировках значительно скорее, нежели непосредственно в самой игре.

3. Изолированные от игры тактические комбинации, применяемые в тренировке, дают основные варианты, которые игрок применяет в соревнованиях.

Это обогащает возможности игрока, звена и команды в целом.

4. Тактическое маневрирование — одно из главных условий победы, а воспитание маневренности достигается только настойчивой и упорной работой.

5. Каких бы технических и тактических высот ни достигли игроки и команда, основные тактические приемы следует тренировать сначала изолированно от игры, а потом применять их в соревнованиях.

Умелая организация атакующих и оборонительных действий команды достигается чётким распределением функций между отдельными футболистами и группами игроков. В современном футболе игроки делятся по функциональным обязанностям на вратарей, игроков линии защиты, игроков средней линии и игроков линии нападения.

В современном футболе каждый игрок, несмотря на свою специализацию, обязан умело выполнять все технические приёмы и грамотно действовать в атаке и обороне в зависимости от игровой ситуации.

Вратарь - единственный в команде футболист, которому правилами игры разрешено касаться мяча руками в своей штрафной площади. Отсюда и основная задача вратаря - непосредственная защита своих ворот. Другая важная функция голкипера - организация начальной фазы атакующих действий своей команды.

Среди игроков обороны отдельные футболисты также выполняют различные функциональные обязанности. Крайние защитники должны сочетать надёжную игру в обороне с активными атакующими действиями по флангам. Защищаясь, футболисты данного амплуа должны обладать навыками персональной опеки соперника, умело действовать при зонном методе обороны, системе игры "в линию".

В атаке крайние защитники обязаны умело открываться в случаях, когда мячом овладел вратарь или партнёр по команде. Получив мяч, они должны или продвигаться с ним вперёд или своевременно и точно передать его партнёрам. В функции крайних защитников входит неожиданное подключение к активным наступательным действиям на фланге и взаимозаменяемость с другими игроками.

Центральные защитники - ключевые игроки линии обороны, так как действуют на центральном, наиболее опасном для взятия ворот пространстве. Игроки этого амплуа должны обладать высоким ростом и отменной прыгучестью для успешного ведения единоборств в воздухе.

В случае соответствующего построения передний центральный защитник обязан сочетать персональную игру по заданию с действиями в зоне, обладать хорошими навыками страховки партнеров. Овладев мячом, передний центральный защитник быстро продвигается вперед, подключаясь к атаке, либо выполняет передачу партнерам. В отдельных эпизодах он поддерживает атаку "на втором этаже" и при возможности использует удар по воротам.

Задний центральный защитник обязан тонко понимать тактическую обстановку, "читать" возможные тактические ходы соперника и правильно занимать позицию в обороне для овладения мячом и подстраховки партнеров.

Его главные задачи - координация всех действий обороняющихся и игра в зоне, взаимодействие с вратарем и партнерами, организация положения "вне игры". При переходе к нападению задний центральный защитник открывается для получения мяча от вратаря или партнеров, а затем точными и разнообразными передачами продолжает развитие атаки.

Эпизодически он сам подключается к нападению, стремясь максимально

использовать относительную свободу для создания острых положений, а порой завершает атаку ударом с дальней или средней дистанции. Функции защитников развиваются в сторону универсализации и сближения их действий с действиями игроков средней линии.

Действия полузащитников рассматриваются как один из основных факторов успешного выступления команды. Игроки этой специализации должны обладать отличной функциональной подготовкой, обеспечивающей высокую работоспособность на протяжении всего матча, быть активными в атакующих и оборонительных действиях, создавать и поддерживать высокий темп игры.

К игрокам этой линии предъявляются повышенные требования и по тактической подготовленности, так как они координируют взаимодействие всех партнёров как в нападении, так и в защите. Универсальность функций полузащитников должна базироваться на высоком исполнительском мастерстве.

Как правило, игроки средней линии высокого класса владеют сильным, хорошо поставленным ударом. Среднюю линию команды следует укомплектовывать футболистами, успешно действующими в различном тактическом плане. Крайние полузащитники помимо хороших навыков игры на позиции крайних защитников, должны также умело действовать и на флангах атаки.

В идеале за счет универсализма и высокой функциональной подготовки игроки этого амплуа полностью могут закрывать бровку поля, выполняя за матч повышенные объемы скоростной "челночной" работы.

## 2.2 Первый этап подготовки

На протяжении первого подготовительного месяца игрокам ДЮСШ «Металлург» были представлены различные упражнения, которые были направлены на то, чтобы оценить физические навыки и координационные возможности. Смысл каждого упражнения полностью объяснялся и показывался, чтоб ребята полностью понимали, для чего мы их применяем. Для начала, чтобы ознакомиться с

оборонительной стойкой, были применены следующие упражнения, выполняемые без мяча:

1. Из защитной стойки приподняться на носки, вернуться в исходное положение.
2. В положении защитной стойки ходьба вправо-влево, вперед-назад, а затем бег в таких же направлениях.
3. Чередование обычной ходьбы, с ходьбой в приседе.
4. Чередование обычного и пригибного бега.
5. Бег на месте с переходом на бег по прямой.

Семенящий бег, бег с захлестыванием голени, бег с высоким подниманием бедра с переходом на обычный бег по прямой.

6. Из исходного положения стойка на плечах, вращательные движения ногами с максимальной скоростью («велосипед»).

7. Стартовые рывки на 8-12 м из различных исходных положений.

8. Бег под углом 3-5° на 10-15 м, предварительно разогнавшись на отрезке 10-12 м.

9. Бег приставными шагами.

10. Бег спиной вперед, переход на обычный бег и бег приставными шагами.

11. Бег на месте с максимальной частотой шагов и последующим рывком по сигналу на 10-12 м.

12. Из защитной стойки приседания, выпрыгивания вверх, бег в различных направлениях.

13. Бег по диагонали. Тренер неожиданно сближается с бегущим, заставляя последнего изменять направление движения.

14. После ускорения игроки совершают по сигналу остановку, поворот на 180° и вновь рывок и т.д.

15. Рывок на отрезке 10-15 м, затем прыжок вверх и резкая остановка.

16. Челночный бег на отрезках 7-7-7 м.

17. Рывок на 12-15 м с обеганием стоек. Расстояние между стойками 2 м.

18. Повторение движений партнера, который выполняет бег предельной интенсивности с изменением направления движения.

Далее, после анализа физических возможностей игроков, плюсы и минусы которых были хорошо заметны во время упражнений, были предложены более сложные упражнения, направленные на быстроту мышления и повышение технического мастерства. Они представлены ниже:

«Пассивный отбор».

Защитник занимает позицию около 6-метровой отметки. На него друг за другом с некоторым интервалом из-за средней линии поля ведут мяч его партнеры с целью обыграть защитника за счет обводки. При этом они действуют не в полную силу. Задача обороняющегося - своевременно выдвинуться на атакующего и овладеть мячом. В процессе занятий каждый занимающийся выполняет роль защитника. Второй вариант: сразу после окончания атаки нападающий меняется ролями с защитником. То же, но атакующие действуют в полную силу (активно).

«Перехват».

Защитник занимает позицию около 6-метровой отметки. На него с некоторым интервалом движутся пары атакующих, выполняющие передачи в одно-два касания. Они стремятся за счет передач обыграть защитника и забить мяч в ворота, защищаемые вратарем. Задача защитника - своевременно выдвинуться вперед и перехватить передачу атакующих. В процессе занятий каждый игрок выполняет роль защитника.

«Накрывание».

Защитник занимает позицию около 6-метровой отметки, перед ним обозначается 6-



метровый коридор. Из глубины поля, передавая мяч друг другу, двигаются с некоторым интервалом друг от друга пары атакующих игроков. Задача последних - нанести сильный прицельный удар по воротам, защищаемым вратарем. Удар можно наносить лишь из 6-метрового коридора. Защитник своевременно выдвигается вперед и старается накрыть удар по воротам. В процессе занятий каждый игрок выполняет роль защитника. Второй вариант: атакующие игроки действуют пассивно, позволяя защитнику приспособиться к выполнению данного приема.

«Успей первым».

Игроки разбиваются на пары. Они поочередно выполняют следующие функции, - один ведет мяч на партнера. Выбрав момент, он пробрасывает мяч (вправо или влево) мимо партнера. После этого оба игрока пытаются опередить друг друга и овладеть мячом.

«Игра на опережение».

Игроки разбиваются на пары. В каждой паре один из партнеров посылает мяч вперед на 4-5 м. Задача того и другого игрока рывком попытаться первым овладеть уходящим мячом. Предварительно игроки находятся на одной линии. Вариант 2. Мяч подбрасывается вперед-вверх, а игроки пытаются овладеть мячом после отскока от площадки.

«Не дай сыграть соперникам».

Защитник занимает позицию около 6-метровой отметки. Впереди него (в двух шагах) находится один из атакующих игроков. По сигналу партнер последнего ведет мяч из глубины поля и делает, перейдя среднюю линию, передачу своему партнеру, а сам открывается вправо или влево для получения обратной передачи (игра в "стенку"). Задача защитника - не дать сыграть атакующим игрокам в "стенку", если же им все же этот маневр удался, защитник старается накрыть удар по воротам, защищаемым вратарем. В процессе занятий каждый игрок выполняет функцию защитника.

«Догнать убегающего».

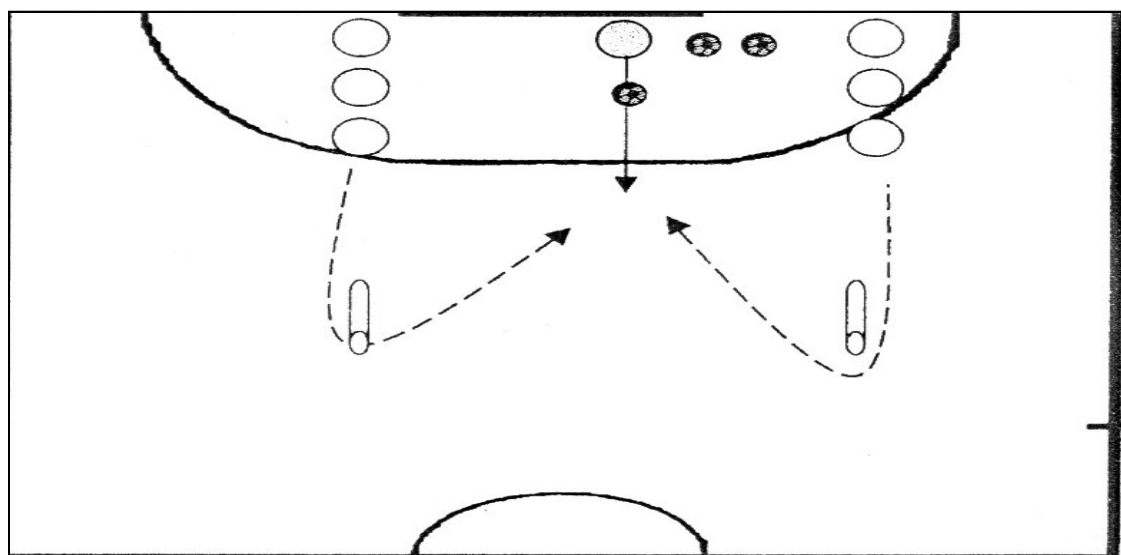
Занимающиеся разбиваются на пары. Игроки в каждой паре встают друг за другом на расстоянии 3-4 м. Впереди стоящий игрок первой пары по сигналу начинает ведение мяча из-за средней линии поля к воротам, стремясь, не доходя до штрафной площади, нанести удар по воротам, которые защищает вратарь. Задача его партнера - помешать убегающему игроку забить мяч в ворота, используя наиболее целесообразный прием отбора мяча. После этого упражнение выполняет следующая пара и т.д. Игроки в парах периодически меняются ролями.

«Овладей мячом».

Два игрока встают в 10 м от линии ворот на расстоянии 8 м друг от друга. По сигналу вратарь вбрасывает мяч низом так, чтобы он катился между игроками. Задача последних - опередить партнера и овладеть мячом. Второй вариант: вратарь посылает мяч верхом, а игроки стремятся овладеть мячом после отскока от поверхности площадки.

«Овладей мячом после обегания стоек».

Игроки разбиваются на две колонны. По сигналу первые номера в колоннах устремляются вперед и обегают стойки. В тот момент, когда начинают огибать стойки, тренер посылает мяч на 6-метровую отметку. Задача каждого соревнующегося игрока - опередить партнера и овладеть мячом (рис. 1). Вариант 2. Игроки обегают по 3 или 4 стойки, стоящие на расстоянии 1,5 - 2 м друг от друга.



1

«Перехват отскочившего от стенки мяча».

Занимающиеся располагаются в колонну по одному сбоку от игрока А, имеющего мяч (рис. 2). Последний с расстояния 4-6 м направляет мяч низом в стенку. Впереди стоящий в колонне игрок в момент удара устремляется вперед в целях перехвата отскочившего от стенки мяча. После этого он занимает позицию игрока А, а тот встает в конец колонны и т.д.

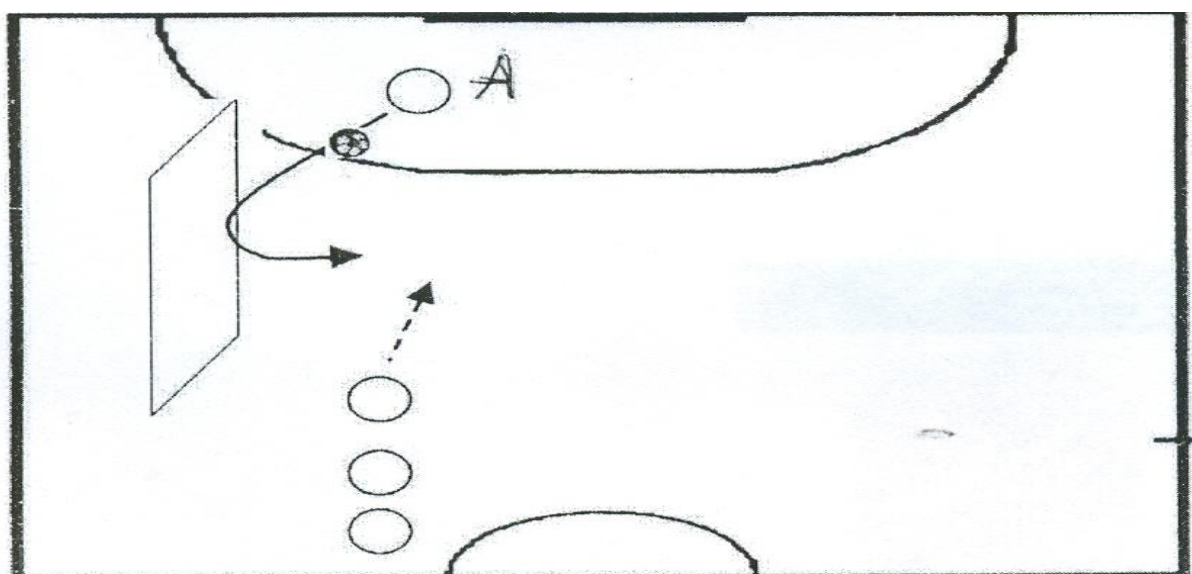


Рисунок 2

«Выбей мяч в момент приема».

Игроки разбиваются на пары. Впереди стоящие игроки в парах направляют мяч с нескольких шагов в стенку, а затем принимают отскачивший от стенки мяч. Их партнеры, стоя в 1-2 шагах позади бьющих игроков, стараются выбить мяч у первых во время приема. В ходе упражнения занимающиеся периодически меняются ролями. Вариант. Позиция игрока, отбирающего мяч, может меняться (справа или слева от бьющего).

«Выбей мяч из ворот».

Игроки встают в колонну по одному. Впереди колонны (справа и слева) стойками обозначаются двое ворот шириной 1 м. Расположившись в 6 - 7 м от колонны игрок А посылает мяч (скрытно) в одни из ворот, задача впереди стоящего в колонне игрока - отгадать направление удара и успеть выбить мяч из ворот. После этого он возвращается в конец колонны, а игрок А вновь посылает мяч в одни из ворот и т.д. В ходе упражнения игрока А подменяют игроки, стоящие в колонне (рис. 3).

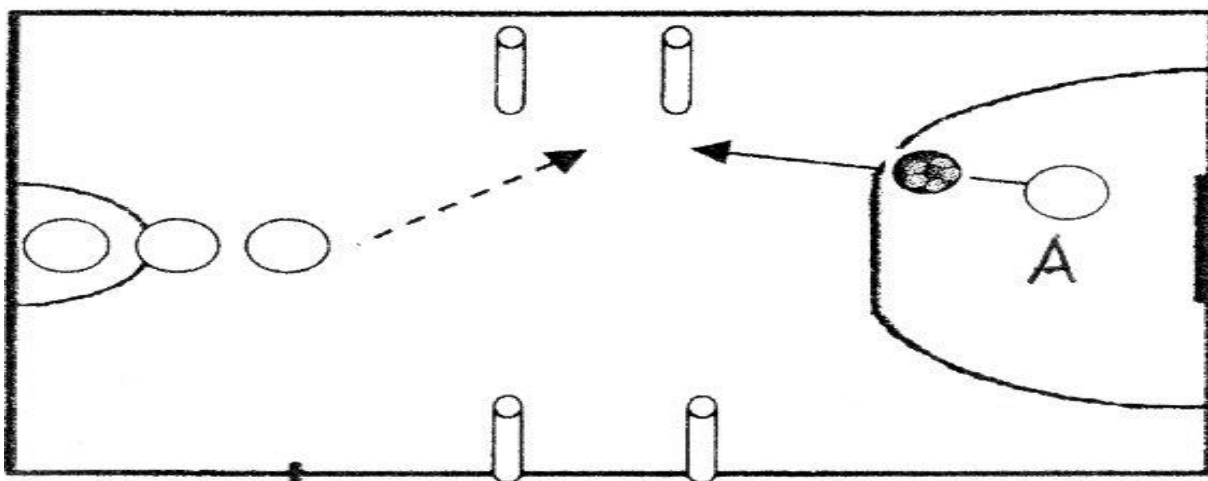


Рисунок 3

«Отбор после смены мест».

На площадке на расстоянии 8-9 м от вратарской линии обозначается черта. Два защитника занимают места в штрафной площади (рис. 4). Другие игроки образуют

две колонны за средней линией поля. Каждый игрок в колонне имеет мяч. Впереди стоящие в колоннах игроки одновременно начинают ведение мячей. Как только они достигнут упомянутой черты, защитники быстро меняются местами, стараясь накрыть удар по воротам атакующего игрока. Затем атаку начинает следующая пара и т.д. После 4-6 попыток защитники меняются ролями с атакующими игроками.

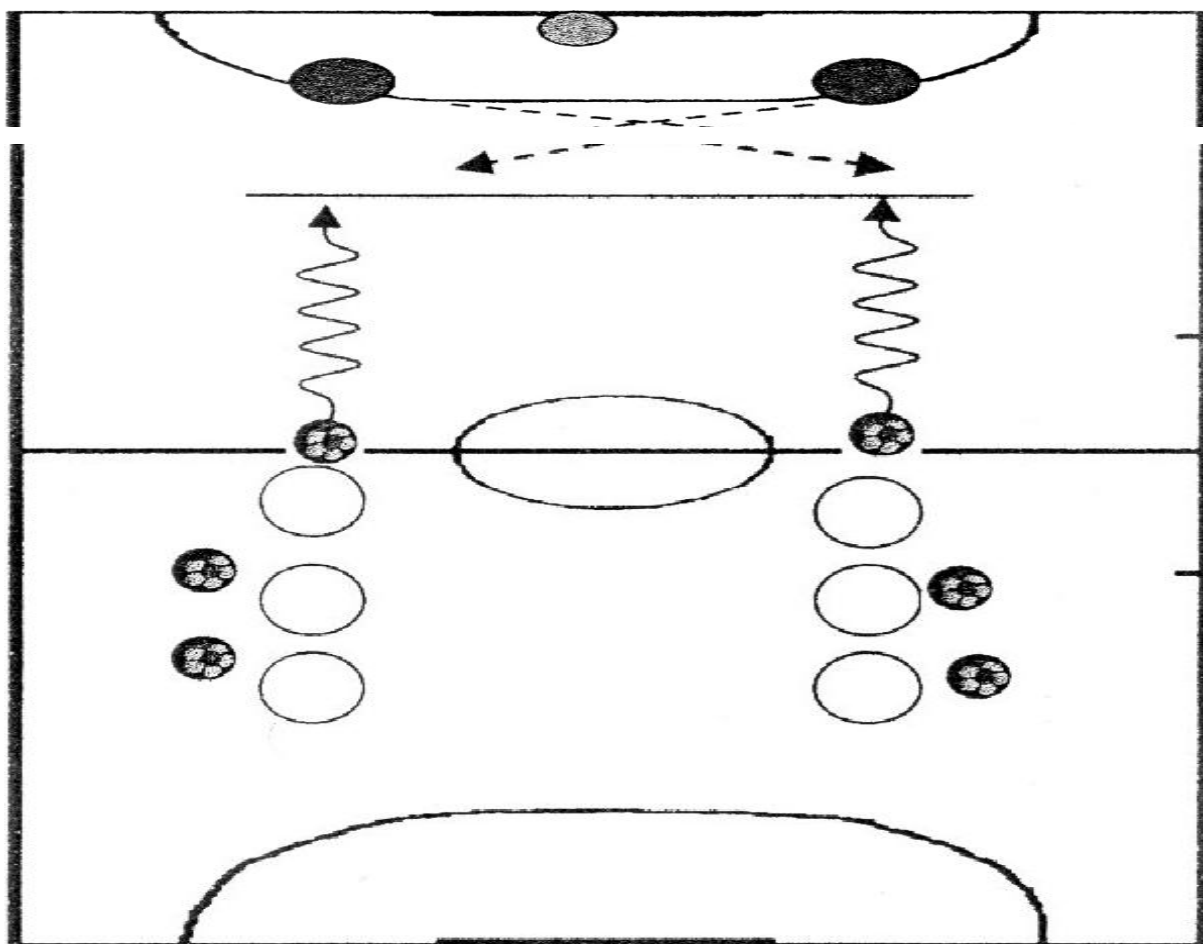
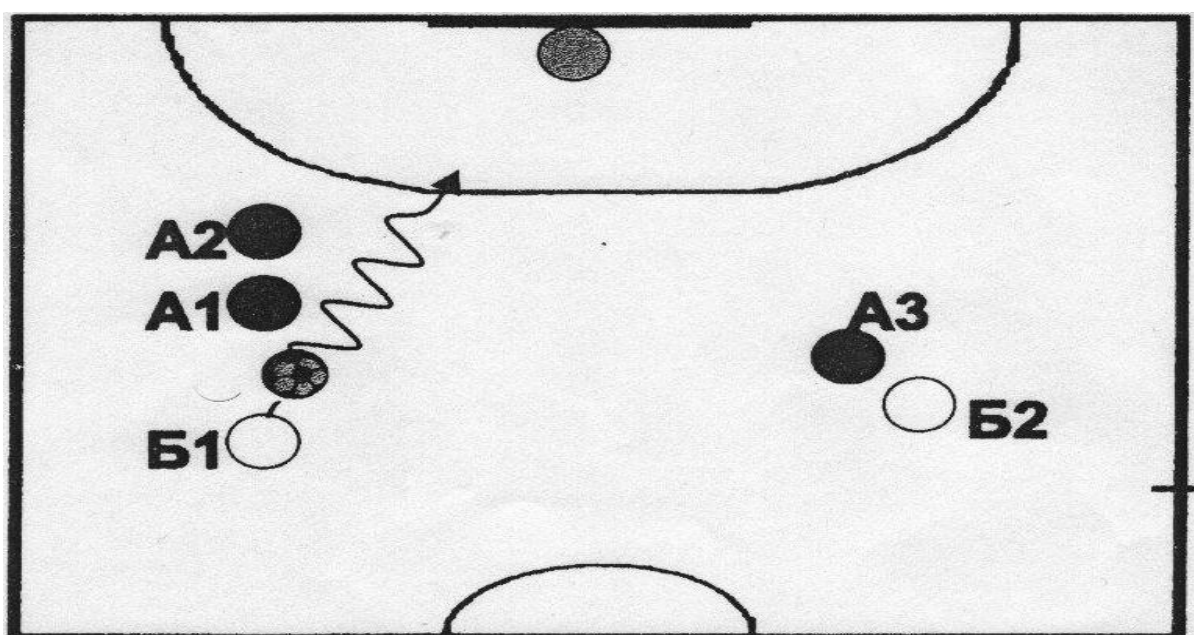


Рисунок 4

После проведения целевых упражнений футболистам было предложено сыграть тренировочный матч и записать его на видео, чтобы потом подробно

разобрать тактические и технические ошибки каждого игрока. Ввиду отсутствия опыта ребята допускали множество ошибок разного характера, основные из которых представлены и разобраны ниже. Результат проведенного матча был не важен. Также были выделены психологические аспекты игроков, были установлены так называемые лидеры, что впоследствии помогло при делении команды на две группы для второго этапа обучения.

На рис. 5 защитники А1 и А2 находятся в одной зоне, тем самым освобождая другую опасную зону, в данном случае центральную. Такое расположение линии обороны является неверным так как дает возможность атакующему сопернику Б1 или сделать обостряющую передачу, или совершить проход с мячом непосредственно в штрафную площадь.

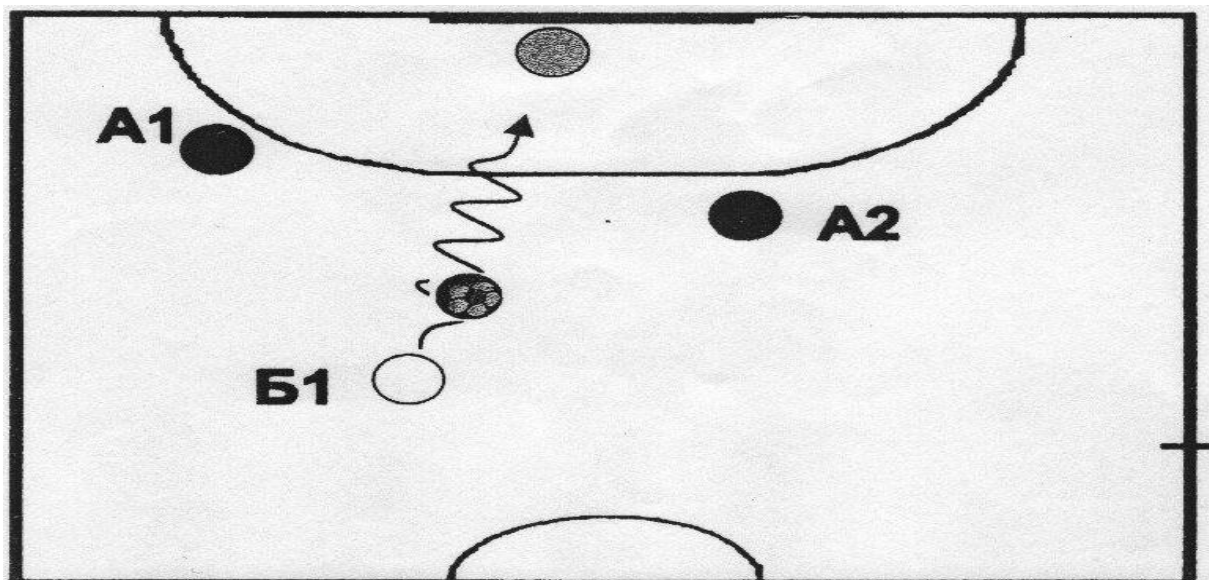


Рисунок

5

На рис. 6 защитники А1 и А2 слишком сильно сместились к боковым линиям, т.е. очень глубоко и неэффективно. Последний имеет благоприятную возможность,

обыграв своего оппонента А1 и выйти к воротам. Таким образом в обоих случаях игрок атаки Б1 получает возможность обыграть одновременно двух обороняющихся и создать опасную ситуацию у ворот.



Рисунок

6

На рис. 7 игрок подстраховки А2 занял взаимовыгодную позицию. Он располагается слегка позади игрока А1 чуть ближе к центру. При этом задача А1 загнать соперника с мячом ближе к боковой линии, а задача А2 накрыть атакующего если он решит сместиться в центр и выйти на убойную позицию.

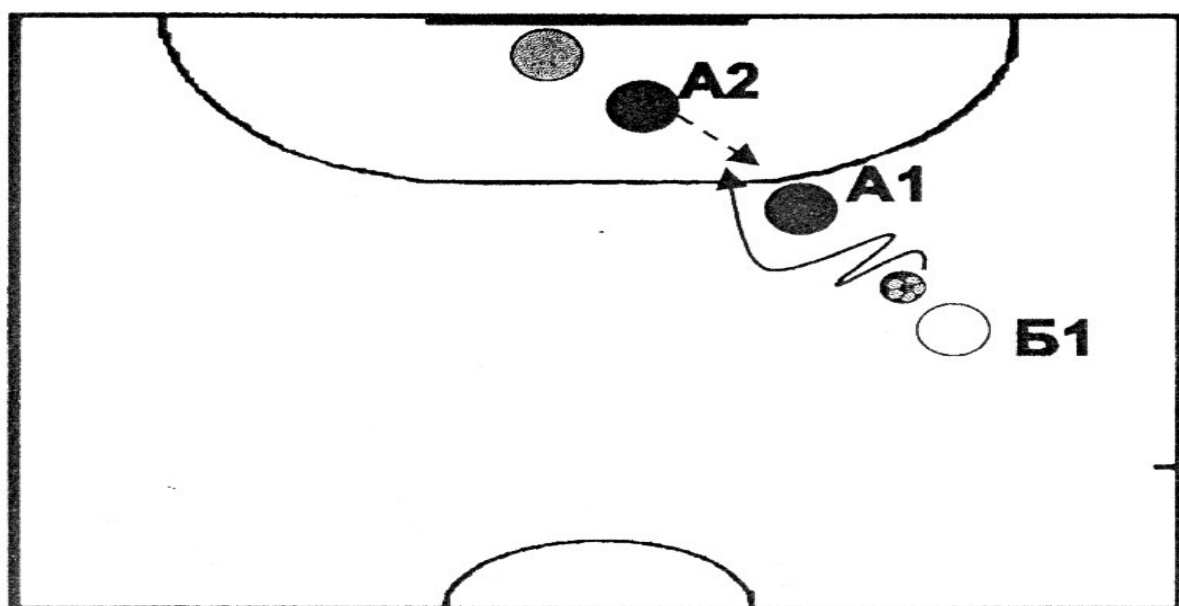


Рисунок 7

Очень похожая ситуация изображена на рис. 8. Атакующий игрок Б1 движется с мячом вдоль бровки вперед. Подстраховщику необходимо расположиться чуть позади своего партнера на таком расстоянии, чтобы накрыть соперника независимо от того, в какую сторону тот захочет пробросить мяч. В таком случае игроку Б1 остается лишь отыгаться назад или поперек поля, при этом не угрожая воротам.

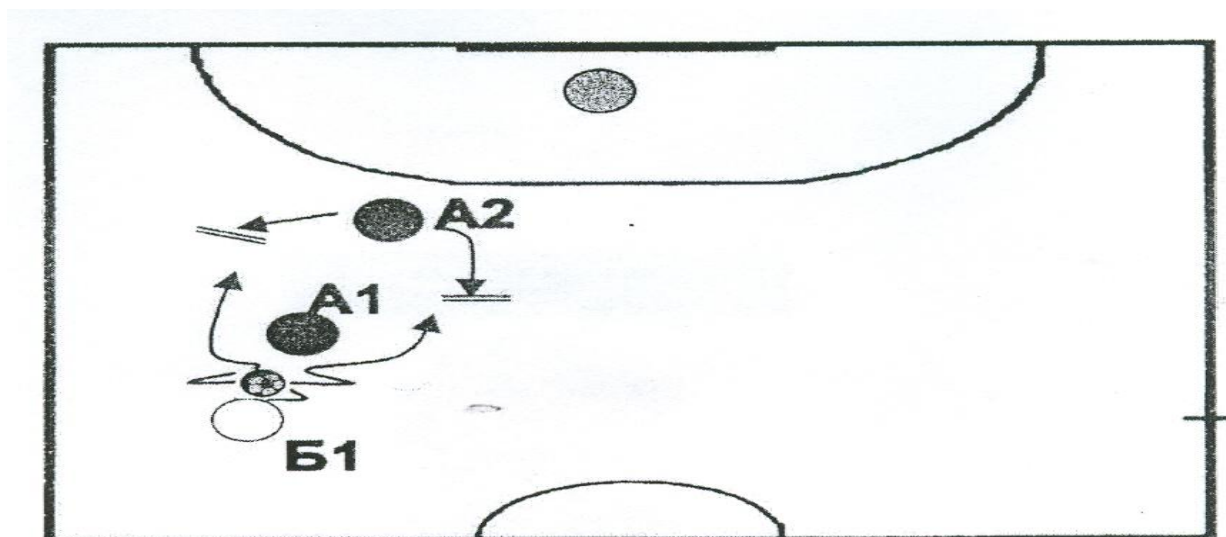
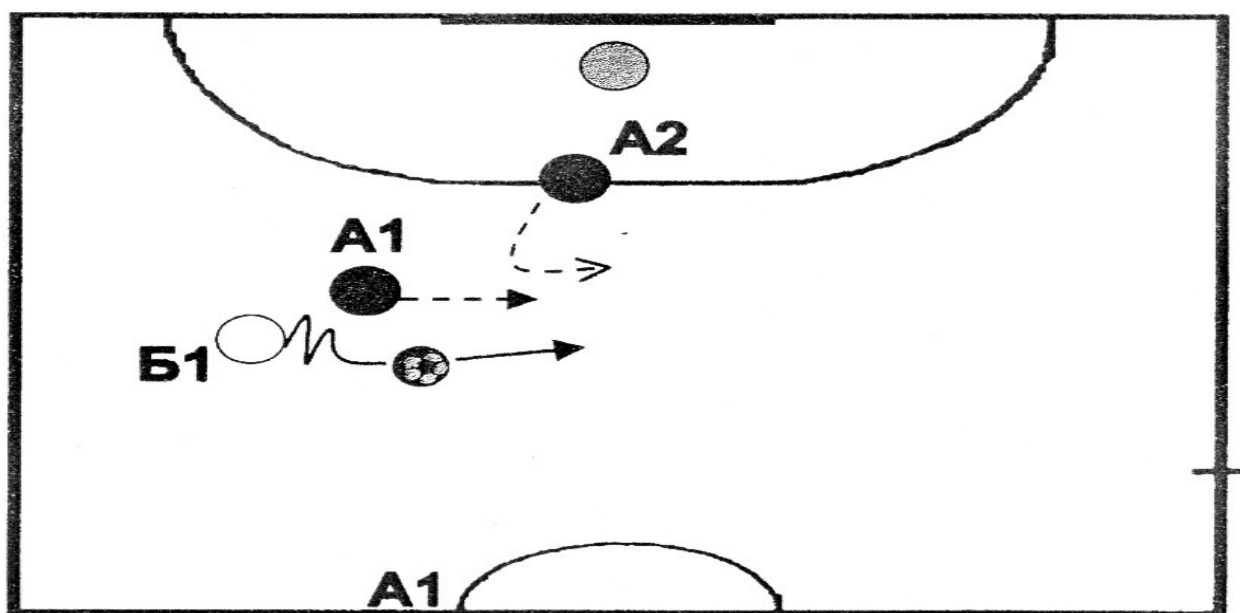


Рисунок 8

Рассмотрим еще один игровой момент на рис. 9. Игрок атаки Б1 движется с мячом поперек поля. Его контролирует защитник А1. Страховующий игрок А2 занимает позицию немного сзади партнера, внимательно наблюдая за движениями игрока атаки Б1. Главная цель обороняющихся - вынудить Б1, владеющего мячом, передвигаться без изменения направления, не давая возможности сместиться в опасную для атаки ворот зону.





Рисуно

к 9

Таким образом, исходя из представленных примеров, в мини-футболе, почти каждому члену команды, независимо от его прямых задач, приходится постоянно выполнять роль подстраховщика. Поэтому упражнения, связанные с подстраховкой всегда очень востребованы. При этом первостепенное внимание нужно обращать на расположение страхующего на нужном расстоянии от партнера, который ведет борьбу за мяч, своевременный подсказ и психологическая поддержка своему товарищу.

После проведенного разбора ошибок для участников исследования был организован мастер-класс с профессиональными игроками. Ребята задавали игрокам вопросы, просили научить их интересным техническим приемам. Профессионалы, в свою очередь, делились опытом и объясняли, насколько важно ответственно подходить к тренировкам и стремиться постоянно повышать свое мастерство, без этого невозможно чего-то достичь.

### 2.3 Второй этап подготовки

На протяжении второго месяца (экспериментального) команда из шестнадцати юношей была разделена на две группы. Условно назовем их группа 1 и группа 2. При этом в группу 1 вошли ребята, которые по индивидуальным качествам превосходили своих одноклубников из группы 2. У первой группы была задача провести этот месяц в обычном режиме и выиграть все контрольные матчи, в связи с тем, что их уровень мастерства чуть выше. У второй группы с первого дня началась новая программа с внедрением различных оборонительных моделей. Каждый раз в конце недели ребята проводили между собой контрольный тренировочный матч. Вот что происходило на протяжении инновационного тренировочного процесса:

**Первая неделя:** для начала подготовки был выбран вариант с персональной обороной. На рис. 18 защищающимися используется сконцентрированная персональная опека. Игрок А1 сопротивляется выдвинутому вперед нападающему Б4, который, в свою очередь, непрерывно передвигается по чужой половине вблизи ворот, в поисках мяча. Другие игроки обороны опекают своих оппонентов, которые находятся в острых позициях. В то же время они в любой момент могут подстраховать своего партнера А1, который прикрывает самого опасного нападающего соперников. Атакующие же стремятся посредством индивидуального мастерства или совершить обыгрыш соперника, или же пробить по воротам с небольшой дистанции. Однако если оборона использует концентрированный метод, то сделать это довольно сложно, так как подобная форма обороны позволяет другим обороняющимся в полном объеме помогать своим партнерам и страховать их. Так же усложняет задачу атакующим и плотное расположение защищающихся игроков на небольшом пятаке вблизи своих ворот. У любой тактической вариации имеются и плюсы, и минусы. Основной минус – это предоставление противнику свободу действий из глубины поля (на рис. 10 это игрок Б1) и имеющих реальный шанс нанести удар или сделать обостряющую разрезную передачу.

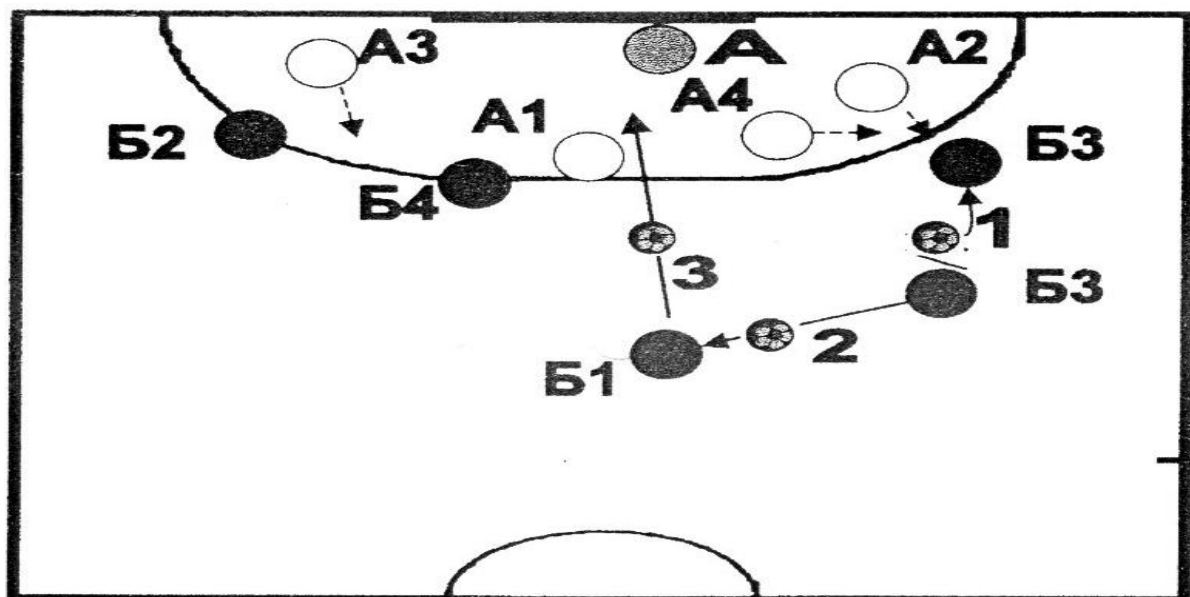


Рисунок 10

Игрокам из группы 2 на протяжении недели предлагались практические (технические) и теоретические упражнения, рассматривающие тонкости персональной обороны. Ребята учились персонально опекать своих оппонентов на разных участках поля. Основной целью была нейтрализация самых опасных игроков команды соперника.

Контрольный матч завершился довольно крупным поражением команды 2.

Ввиду того, что индивидуальное мастерство игроков команды 1 выше чем у игроков команды 2, при персональной опеке футболисты из второй группы проигрывали большинство единоборств один в один, что позволило группе 1 провести множество опасных атак и забить много мячей.

Из этого можно сделать вывод, что персональная опека не подходит для обороны против соперника, превосходящего классом.

**Вторая неделя:** в начале второй неделе с ребятами из разных групп была произведена беседа и разбор прошедшего матча. Группу 1 похвалили за выполненную задачу, а группе 2 указали на ошибки и приступили к обучению следующей модели обороны. Это был прессинг. Прессинг применяется, когда необходимо попытаться отобрать мяч у соперников и сдержать быстрое развитие атаки соперников после овладения последним мячом. Суть этой формы защиты в том, что, переходя к обороне, игроки сразу же приступают к опеке игроков

противоположной команды, оказывая им активное противодействие. При этом обороняющиеся, как правило, начинают держать ближайших соперников, стараясь играть с ними вплотную, затрудняя им выход на свободные места и стараясь отобрать мяч. Естественно, при персональном прессинге основное внимание уделяется игроку, владеющему мячом. Перед опекающим стоит целый ряд задач. Ему необходимо занять позицию таким образом, чтобы перекрыт кратчайший путь к своим воротам, при этом находиться от подопечного не более чем в 1-1,5 м. В такой позиции обороняющийся игрок обязан остановить продвижение противника вперед и, желательно, начать загонять соперника в сторону ближайшего партнера. В последнем случае появляются идеальные условия для группового отбора. Если игроку удастся остановить атакующего соперника, он должен активно пытаться отнять мяч. При этом игроки, опекающие соперников без мяча, находящиеся вблизи соперника с мячом, должны также активно переключиться на противника с мячом, а в случае необходимости - на освободившегося от опеки соперника. Персональный прессинг особенно эффективен в играх против команды с психологической неустойчивостью, недостаточной маневренностью игроков или невысоким уровнем их технического и тактического мастерства. Этим вариантом обороны часто пользуются, когда противник вводит аут или, когда голкипер вводит мяч в игру. Таким образом, персональный прессинг затрудняет атакующим соперникам условия для ориентировки, лишает их времени на принятия решения и навязывает им иной характер игры. К недостаткам этой формы можно отнести риск возникновения ошибок, которые происходят при плотной опеке соперников, отсутствие подстраховки что, естественно, грозит возможностью организации острых атак.

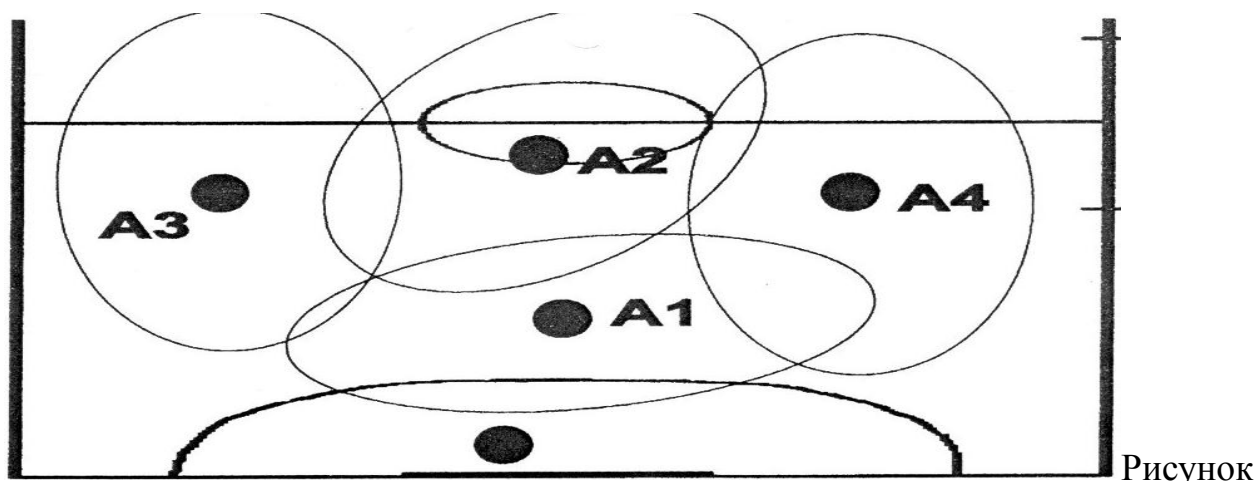
Первостепенной задачей второй группы стало накрывание соперников на чужой половине поля, когда мяч находится у вратаря. Второстепенной – разрыв игры на небольшие временные промежутки, т.е. выбивание мяча в аут, угловой и т.д. Иными словами нужно было не дать сопернику быстро начать свою атаку. Результат второго контрольного матча приятно удивил. Несмотря на минимальное поражение команды 2 со счетом 3:4, ребята вникли в то, что от них требовал тренер и

максимально правильно отработали против своих оппонентов. Сразу после второй игры у ребят из группы 2 заметно поднялся эмоциональный фон, ведь они почувствовали, что могут удачно играть против сильного соперника.

Вывод после второй недели: прессинг позволяет нейтрализовать большое количество атак соперника из-за давления на чужой половине поля, но требует очень грамотного выполнения, т.к. в случае неудачного прессинга тут же получаешь обратную атаку, оставаясь в данном моменте в меньшинстве. Отсюда и четыре пропущенных мяча.

**Третья неделя:** на старте третьей недели с ребятами из группы 2 был разобран зонный метод обороны. Главной задачей стал «ноль сзади», т.е. нужно было пропустить как можно меньше мячей, впереди же акцент был сделан на контратаку. Зонная оборона имеет своей целью противодействие атакам соперников с близких дистанций, обезопасить выдвинутого вперед форварда соперников. Применяя эту форму защитных действий, игроки должны кучно расположиться на своей половине поля, чтобы противодействовать ударам игроков по воротам с близкого и среднего расстояния, а также затруднить организацию с их стороны комбинаций в непосредственной близости от ворот.

Рассредоточенная зонная оборона применяется в том случае, когда, завершив атаку или потеряв мяч на чужой половине поля обороняющиеся отступают с продвигающимися вперед атакующими соперниками, одновременно противодействуя их перемещениям, затрудняя организацию быстрого прорыва. Одна из главных задач обороняющихся в этом случае - не дать возможности соперникам выполнить острую передачу партнерам, приводящую к быстрому прорыву, увеличить время пребывания соперников подальше от своих ворот, чтобы все игроки обороняющейся команды сумели возвратиться на свою половину поля и успели принять активное участие в защитных действиях своей команды. На рис. 11 игроки после потери мяча возвратились назад и заняли позиции в заранее определенных зонах в виде ромба.

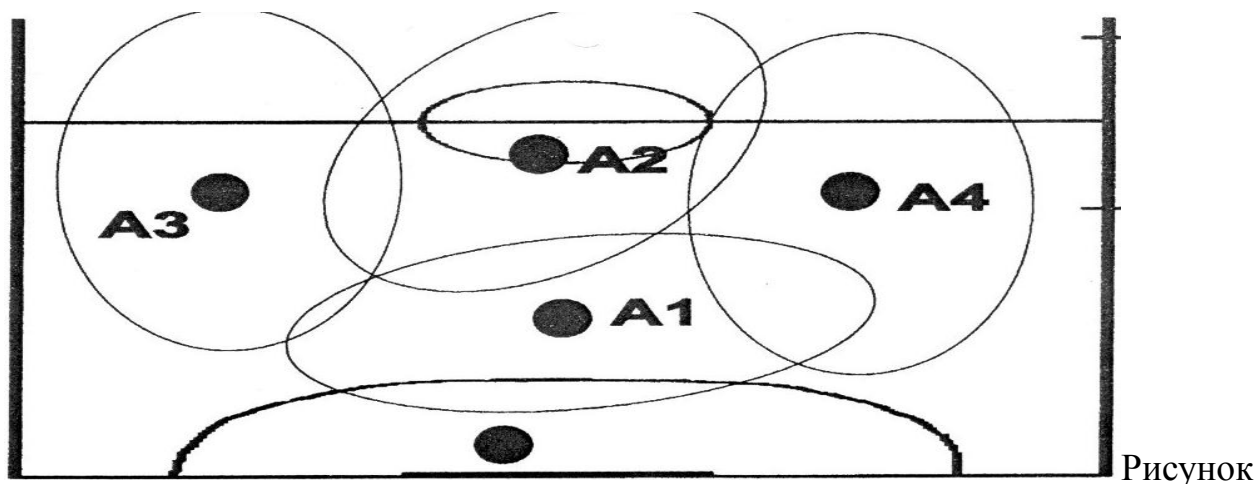


Игроки команды 1 получили задание забить как можно больше. По окончании контрольного матча все были удивлены, вторая группа обыграла первую с самым минимальным счетом 1:0. Результат объясняется тем, что ребята из второй команды здорово сыграли в защите и своими удачными действиями заставили соперников идти вперед большими силами, чтобы выполнить свою задачу, однако последние пропустили в конце матча две быстрые контратаки, одна из которых завершилась голом.

**Вывод:** зонная вариация обороны позволяет минимизировать количество пропущенных голов и вынуждает соперника раскрываться, забывая об обороне собственных ворот.

**Четвертая неделя:** для начала был осуществлен доскональный видео-разбор прошедших матчей, были указаны и разобраны все ошибки. Дальше игрокам группы 2, которые серьезно поверили в себя после трех недель новых тренировок, был предложен вариант комбинированной обороны. Он подразумевал быстрое переключения с зонной обороны на прессинг и наоборот. Зонный прессинг - это наиболее активная и труднопреодолимая форма защитных действий в мини-футболе. Особенно она эффективна тогда, когда команда в ходе учебно-тренировочных занятий постоянно совершенствует ее элементы. Суть зонного прессинга в том, что, потеряв мяч при атакующих действиях, игроки быстро возвращаются на свою половину поля и занимают позиции в заранее определенных зонах. Естественно,

основное внимание при этом уделяется сопернику с мячом. На рис. 12 игроки после потери мяча возвратились назад и заняли позиции в заранее определенных зонах в виде ромба.



12

На рис. 21 игрок A2 проигрывает единоборство сопернику B1 (последнему игроку противоположной команды). На помощь ему должен прийти именно игрок A1, атакуя прорвавшегося соперника. Их партнеры A3 и A4 выполняют следующий маневр. Они опускаются к своим воротам, образуя защитный треугольник (рис. 13). Данный вариант зонного прессинга позволяет максимально сократить площадь наступательных действий соперников, создать предпосылки для организации быстрого прорыва к воротам соперников. К таким действиям должны быть постоянно готовы игроки A2, A3 и A4.

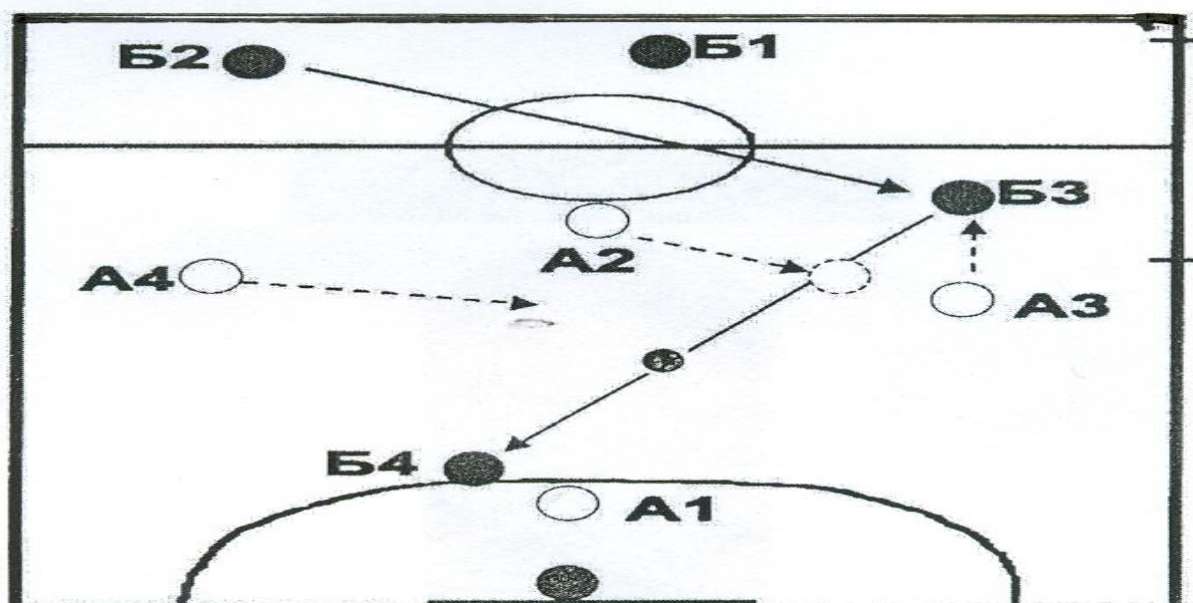


Рисунок 13

На рис. 14 раскрыты основные функции обороняющихся при данной форме обороны. Основная нагрузка в этой схеме ложится на игрока А2. Он обязан нейтрализовать (в случае подключения в атаку через центр) последнего игрока соперников, а также постоянно передвигаться в своей зоне в том направлении, куда направляют мяч соперники. Таким образом он сокращает пространство для передачи мяча противниками своему центральному Б4. Задача игроков А4 и А3 такова: как только мяч принимают соответственно игроки Б2 и Б3, необходимо постараться вытеснить их из своей зоны для того, чтобы они были вынуждены вернуть мяч партнерам. В этой схеме важнейшую роль выполняет также игрок А1, которого часто называют "страхующий". На самом деле ему приходится контролировать зону перед воротами и того игрока, который открывается в этой зоне, а также и подстраховывать своих партнеров.



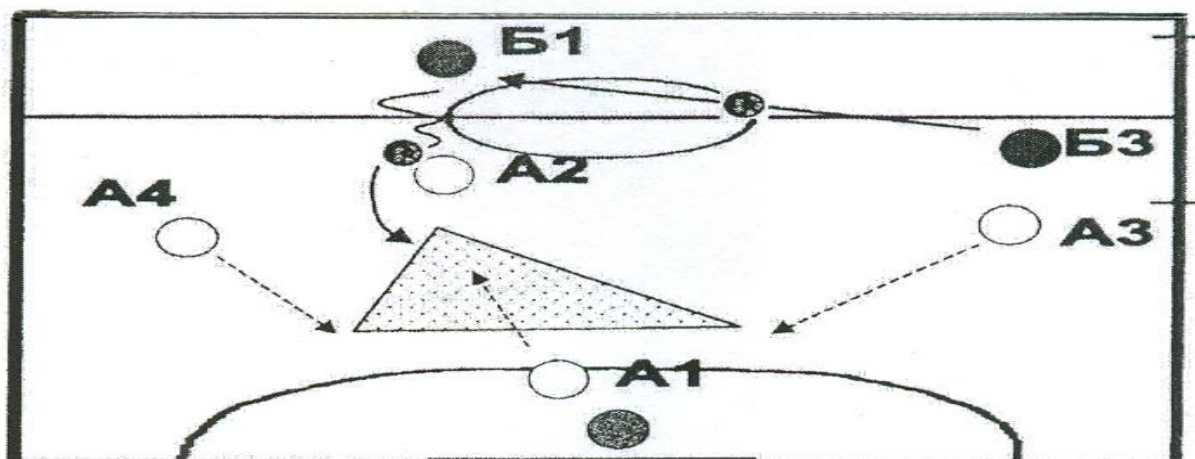


Рисунок 14

Ребятам показали ситуации, в которых быстрое переключение привело к созданию опасных моментов у чужих ворот и попросили максимально сконцентрироваться на последней контрольной игре. Результат этого матча – довольно крупная победа команды 2 со счетом 6:2. Ребята из второй команды полностью переиграли первых на всех участках поля и воспользовались их психологическим спадом, этими факторами во многом обуславливается итоговый счет.

Вывод: вариант со смешанной обороной наиболее подходит для достижения положительного результата, но требует большого количества времени на подготовку.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенное практическое исследование показало, что при игре с соперником более высокого класса персональную опеку нежелательно использовать в качестве основного средства обороны. Вариант прессинга позволяет нейтрализовать большое количество атак соперника, но требует очень грамотного выполнения. Зонная оборона вынуждает соперника раскрываться, забывая об обороне собственных ворот и позволяет минимизировать количество пропущенных голов. Вариант же с комбинированной обороной наиболее подходит для достижения положительного результата при игре с превосходящим по силам соперником, но требует большого количества времени на подготовку.

Гибкая тактика игры в обороне предполагает такую организацию действий защищающейся команды, которая бы позволила нейтрализовать атаки различных, не похожих друг на друга, соперников. Защищаясь, команда должна так построить свою игру, чтобы максимально затруднить взаимодействия между атакующими, предотвратить их проникновение в зону перед своими воротами, не дать им возможности наносить удары по воротам. Одновременно обороняющиеся должны стараться создавать условия для отбора мяча у соперников и организовать начало атаки своей команды. Выбранный мной подход тренировки игры в обороне может стать эффективным оружием во встречах с превосходящим по силам соперником, эту гипотезу доказало данное исследование.

Вовлечение игроков в творческий процесс освоения и применения новых приемов взаимодействия, существенно повышает уровень работоспособности в тренировочных занятиях и играх (эмоциональный фон снимает утомление ЦНС).

Увлеченность процессом заставляет игроков искать личные способы и технические приемы решения возникающих игровых задач, позволяет изнутри (игрока) реально оценивать свой уровень мастерства и, как следствие, стремиться к самостоятельному совершенствованию отдельных технических приемов и качеств, т.к. игрок сам видит необходимость их конкретного и реального применения.

Личное участие игроков в постановке игры позволяет быстро и убедительно

формировать осознанную необходимость освоения новых технических элементов и совершенствования физических качеств.

Реальное ощущение посвященности и понимания происходящего на поле, идущее от знания приемов взаимодействия, исполняемых совместно с партнерами, придает уверенности и решительности, формирует психологическую устойчивость и создает чувство "команды", объединенной одной идеей, одними понятиями, одним духом.

При работе над приемами взаимодействия происходит комплексное воздействие на организм игрока (как, собственно, при любой работе над целостными действиями), что формирует тренировочный эффект на игровую футбольную деятельность, повышая уровень концентрации внимания, общей игровой выносливости, длительности периода продуктивного игрового мышления.

Важной составной частью тактического мастерства является способность находить решение таких ситуаций, с которыми футболист встречался в игре очень редко. Эта способность зависит от умения комбинировать, «создавать» новые формы действий на основе элементов действий, заранее уже освоенных. Самое простое проявление выбора — это переключение с одного действия на другое. Даже эта элементарная форма в своем результате ускоряет процесс выбора.

Следующей ступенью развития творческих способностей можно рассматривать умение выбирать более эффективное действие из двух или больше возможностей. Создание новых творческих комбинаций на основе старых, заранее усвоенных действий — самое совершенное проявление творческих способностей игрока.

Приобретение этих качеств имеет для игрока чрезвычайно большое значение, так как именно они помогают быстрому приспособлению стереотипных действий к измененным условиям внешней среды и способствуют правильной реакции на эти изменения соответствующими комбинациями стереотипных действий.

Отсюда ясно, что творческие способности нужно считать важным компонентом тактического мастерства игроков, и поэтому в процессе тренировки их необходимо постоянно развивать.

Резюмируя разбор тактики с точки зрения ее физиологических основ, можно сказать, что тактика заключается в творческом применении уже заранее освоенных тактических умений и навыков, в их творческих комбинациях, отвечающих конкретным условиям игровых ситуаций.

Творческий характер этих процессов зависит от уровня развития специальных способностей, от степени овладения тактическими знаниями, умениями и выработанности необходимых навыков. Параллельно с развитием творческих способностей игрок должен изучать теорию тактики игры. В круг тактических знаний входят прежде всего мастерское владение индивидуальными средствами тактики, т. е. тактики отдельного действия в конкретных условиях игры.

Далее игрок обязан знать основные системы игры и их важнейшие варианты, задачи игроков на отдельных местах в команде, а также взаимодействие звеньев команды в конкретных (в том числе стандартных — начало игры, штрафной, свободный и другие удары) фазах игры: например, при завязке атаки от собственных ворот, переходе из защиты в атаку, при собственной атаке ворот противника, переходе из атаки в защиту, при защите своих ворот.

Влияние объективных условий на протекание игры и возможность использования погоды (ветер, солнце, дождь), грунта (трава, песок, жесткий грунт), размеров поля (малое, большое, узкое, широкое, длинное и т. п.) также составляют предмет изучения. Ошибки, встречающиеся при обучении тактике, могут быть следствием, например, плохой ориентировки в игре из-за недостаточно развитого периферического зрения, ограниченных возможностей игрока для решения конкретной тактической ситуации, из-за отсутствия теоретических знаний и т. д. Необходимо найти истинные причины ошибок и принять меры к быстрому их устранению.

Недостатки и ошибки, связанные с технической, физической и морально-волевой подготовкой, устраняются, при помощи специальных упражнений, проводить которые лучше всего изолированно от игры. Закрепление изученного

действия осуществляется путем многократного повторения в условиях игры. Для этого нужно стремиться к тому, чтобы молодежь играла как можно чаще.