Федеральное государственное автономное образовательное
учреждение высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Институт физической культуры, спорта и туризма
Кафедра теории и методики спортивных дисциплин

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой
_____ А.Ю. Близневский

«____» _____2018 г.

БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА

49.03.01- Физическая культура

ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ КОМПЛЕКСА УПРОЩЕННЫХ ИГР И ИГРОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ В ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ ФУТБОЛИСТОВ 14-16 ЛЕТ

Руководитель _____ к.п.н., доцент С.Л. Садырин

Выпускник _____ В.Л. Андреев

Нормоконтролер _____ М.А. Рульковская

Красноярск 2018

СОДЕРЖАНИЕ

Введение 4

1 Теоретико-методические основы технико-тактической подготовки в детско-юношеском футболе ..... **Ошибка! Закладка не определена.**

1.1 Периодизация тренировочного процесса в годовом цикле футболистов и

2 Организация и методы исследования 32

2.1 Организация исследования 32

2.2 Методы исследования 34

3 Экспериментальное обоснование эффективности комплекса упрощенных игр и игровых упражнений в технико-тактической подготовке футболистов 14-16 лет 36

3.1 Выявление параметров разносторонности технико-тактической действий соревновательной и тренировочной деятельности в зависимости от возраста юных футболистов 36

3.2 Организация учебно-тренировочной работы юных футболистов на основе комплекса упрощенных игр и игровых упражнений 41

3.3 Оценка эффективности использования комплекса упрощенных игр и игровых упражнений для повышения технико-тактической подготовленности футболистов 14-16 лет 45

Звключение 48

Список используемых источников 49

ВВЕДЕНИЕ

Характерной особенностью отечественного футбола в последние годы является отсутствие значимых спортивных достижений на международной арене, а также не выразительные выступления молодежной и юношеских сборных команд России.

Специалисты в области теории и методики футбола отмечают отсутствие ярких, хорошо технически и тактически подготовленных молодых игроков, что отражает уровень подготовки спортивного резерва в современном российском футболе. Одной из причин сложившейся ситуации является недостаточная эффективность обучения юных футболистов технике и тактике игры в футбол. Для достижения высоких результатов в соревнованиях необходим не только подбор талантливых исполнителей, но и продуманные тактические схемы [34].

Актуальность. Анализируя содержание технико-тактической подготовки юных футболистов, Э.А.М. Кубеков и Э.Э. Кочкаров [26], констатируют, что в многолетней технико-тактической подготовке футбольного резерва преобладает обучение тактике атакующих действий. Определение несоответствия количественных параметров двух основных составляющих многолетнего процесса технико-тактической подготовки юных футболистов требует дальнейшего изучения данной проблемы. Недостаточная разработанность содержания технико-тактической подготовки юных футболистов с учетом тенденций развития современного футбола, на наш взгляд, безусловно, тормозит рост спортивного мастерства. В этой связи необходимо активно изучать и внедрять новые методики обучения и построения игры, что будет способствовать обновлению содержания подготовки спортивного резерва в футболе.

Приоритетным направлением решения вопроса повышения эффективности технико-тактической подготовки юных футболистов, является необходимость построения тренировки на основе учета соревновательного и тренировочного объемов технико-тактической подготовки. Планирование и методика

технико-тактической подготовки на основе учета разносторонности технико-тактических действий юных футболистов, остается недостаточно разработанной, что определило актуальность выбранной темы исследования.

Цель исследования – повышение эффективности технико-тактической подготовки спортсменов 14-16 лет в футболе на основе реализации в тренировочном процессе игровых ситуаций различной степени сложности.

Гипотеза исследования - заключалась в предположении, что повышение эффективности технико-тактической подготовленности юных футболистов возможно, если выделить базовые элементы технико-тактической подготовки и средства обучения технико-тактическим действиям, составить систему из специализированных упражнений – упрощенных игр и игровых упражнений, то есть обеспечить оптимальные условия для осуществления положительного переноса приобретенных в тренировочном процессе умений и навыков на соревновательную деятельности у юных футболистов.

Задачи исследования:

1. Выявить и теоретически охарактеризовать методические основы технической и тактической подготовки в детско-юношеском футболе.
2. Разработать комплекс упрощенных игр и игровых упражнений для повышения эффективности технико-тактической подготовки футболистов 14-16 лет.
3. Оценить эффективность комплекс упрощенных игр и игровых упражнений для повышения эффективности технико-тактической подготовки юных футболистов.

Объект исследования – учебно-тренировочный процесс юных Футболистов.

Предмет исследования – комплекс упрощенных игр и игровых упражнений для повышения эффективности технико-тактической подготовки футболистов 14-16 лет.

В процессе исследования использовались научные публикации,

методическая литература, материалы периодических изданий по современным аспектам технической и тактической подготовки юных футболистов, проблеме разносторонности технико-тактических действий, документация планирования технико-тактической подготовки тренерами детско-юношеских спортивных школ.

Методы исследования - анализ научно-методической литературы, педагогические наблюдения, тестирование и эксперимент, математико-статистическая обработка результатов.

1 Теоретико-методические основы технико-тактической подготовки в детско-юношеском футболе

1.1 Периодизация тренировочного процесса в годовом цикле футболистов и характеристика основных периодов

План должен быть реальным, обоснованным и конкретным.

Различают несколько видов планирования:

а) перспективное – на ряд лет:

б) текущее – на год;

в) оперативное – на месяц, неделю, день.

Ведущая роль по отношению к остальным видам планирования отводится перспективному планированию [20].

Становление мастерства футболистов – длительный путь. Если вспомнить спортивные биографии многих сильнейших советских и российских футболистов, то можно обнаружить, что большинство из них начали играть в футбол с 8-10 лет. В 13-15 лет они выступали в детских командах, а в 18-19 лет были уже в составах команд мастеров. Признанными же мастерами большого футбола эти спортсмены стали только в 19-21 год. Таким образом, для овладения сложным футбольным мастерством потребовалось шесть–восемь лет упорной, систематической учебы под руководством квалифицированных тренеров. Разработка же перспективных планов и их последовательная реализация способствуют более эффективной подготовке футболистов, более рациональному использованию средств, форм и методов подготовки.

Перспективное планирование тренировки – это процесс разработки плана на ряд лет на основе анализа данных многолетней тренировки футболистов, передового опыта, результатов научных исследований, это повышение мастерства футболистов на протяжении определенного срока [7; 9; 10; 18].

Перспективные планы тренировки составляют как для команды, так и для одного футболиста. В первом случае разрабатывается общий перспективный план, во втором – индивидуальный.

Общий план намечает перспективу в целом для всей команды. В нем содержатся лишь такие установки, которые распространяются на всех футболистов данной команды, независимо от их индивидуальных особенностей. В индивидуальном перспективном плане установки общего плана конкретизируются применительно к каждому футболисту. Общие и индивидуальные планы составляются в полном соответствии друг с другом при ведущей роли первого.

Учитывая периодизацию крупнейших соревнований по футболу (первенства мира, олимпийские игры), целесообразно общий перспективный план тренировки футболистов составлять на четыре года.

Индивидуальные планы можно составлять на различные сроки, в зависимости от возраста футболиста, состояния здоровья и степени мастерства.

Составлению перспективных планов тренировки обязательно предшествует разработка четырехлетнего календаря соревнований.

Перспективные планы не есть простая сумма нескольких текущих планов с неизменным повторением из года в год одних и тех же задач. В перспективном плане должна найти свое отражение тенденция всевозрастающих требований к уровню мастерства футболистов и укреплению их здоровья. В связи с этим в плане необходимо предусматривать изменение по годам задач, объема и интенсивности средств тренировки, контрольных нормативов.

При составлении перспективного плана учитывают, что динамика спортивно–технических показателей должна отражать общую закономерность – поступательный их рост на протяжении всего четырехлетнего цикла. По мере роста мастерства футболистов количество занятий и их объем из года в год увеличиваются, причем количество занятий увеличивается главным образом за счет индивидуальных [49].

Рост интенсивности тренировки планируется исходя из направленности занятий. При этом принимается во внимание степень развертывания в организме футболистов процессов энергообразования (аэробные, анаэробные, гликолитические, анаэробно–гликолитические, аэробно–анаэробные) и деятельность сердечно–сосудистой, дыхательной и других систем организма [14].

Перспективным планом предусматривается волнообразное изменение объема и интенсивности упражнений, дифференцированное для различных команд и футболистов. При этом возрастание спортивных нагрузок планируется с таким расчетом, чтобы каждый период следующего годичного цикла начинался и заканчивался на более высоком уровне спортивных нагрузок, чем соответствующий период предыдущего годичного цикла. Так обеспечивается перспективность спортивных нагрузок из года в год и их повышение на протяжении всего цикла многолетней тренировки.

В перспективном плане должно найти свое отражение изменение удельного веса тех или иных средств тренировки, входящих в применяемый командой комплекс упражнений. Продолжительность времени, отводимого на упражнение, говорит о направленности тренировки (скоростно-силовая, различные виды выносливости и др.). При этом обязателен системный подход, который предусматривает строго сбалансированный процесс, когда та или иная сторона подготовки в зависимости от ее этапа, развития и состояния спортивной формы футболистов выступает и как ведущая и как сопутствующая.

В качестве спортивно–технических показателей в перспективных планах используют виды контрольных упражнений, показатели моделей. Они позволяют проследить за изменениями подготовки футболистов. Стремление выполнить установленные по видам испытаний нормативы, показатели моделей является вместе с тем хорошим дополнительным стимулирующим средством тренировки [12].

Текущий (годовой) план тренировки является частью перспективного. В текущем плане более детально отражаются задачи года, периодов и этапов тренировки, а также средства, методы тренировки и динамика нагрузок.

Тренировка в футбольных командах проводится круглогодично и имеет циклический характер. Годовой цикл тренировки разбивается на три периода: подготовительный, соревновательный, переходный.

Подготовительный период охватывает отрезок времени от начала возобновления занятий и состязаний в каждом новом годовом цикле до первого планового состязания.

Соревновательный период включает в себя отрезок времени от первого до последнего планового состязания.

Переходный период длится с момента окончания плановых состязаний до возобновления занятий и состязаний в новом годовом цикле.

Подготовительный и соревновательные периоды делятся на отдельные этапы, имеющие свои задачи и специфические средства, динамику спортивных нагрузок и режим подготовки. На каждом этапе осуществляется физическая, функциональная, психологическая подготовка к последующему этапу. Поэтапная подготовка создает благоприятные условия для достижения высокого уровня тренированности [18].

Объем и интенсивность нагрузок в годовом цикле тренировки футболистов – величины непостоянные и изменяются неравномерно. Кривая изменений объема спортивных нагрузок у футболистов прослеживается по данным изменений числа занятий и состязаний, их длительности, а кривая интенсивности – по величине нагрузок (большая, средняя, малая).

Анализ этих данных позволяет составлять принципиальные схемы распределения нагрузок в годовом цикле тренировки футболистов. В начале годового цикла (подготовительный период, октябрь – март) объем нагрузок постепенно увеличивается, затем как бы стабилизируется (апрель – август), после чего все время уменьшается. И так вплоть до начала переходного периода. Интенсивность нагрузок неизменно возрастает с начала занятий и почти на всем протяжении годового цикла и лишь резко падает в завершающей фазе соревновательного периода.

Своей наивысшей точки интенсивность занятий достигает где–то в начале второй половины соревновательного периода (август – сентябрь). Затем, учитывая накапливающееся утомление футболистов, интенсивность занятий по-

степенно уменьшают. При этом чрезвычайно важно давать футболистам периодические разгрузки.

Состязания и их число планируют в соответствии с календарными планами соревнований, при этом учитывают сроки их проведения и трудность.

Товарищеские состязания по степени трудности планируются [7; 36]:

- в подготовительном периоде – с учетом постепенного нарастания значимости состязаний;

- в соревновательном – в зависимости от состояния тренированности футболистов;

- в переходном – с учетом постепенного снижения значимости состязаний.

Все состязания распределяют в годовом цикле по месяцам. Отдых планируют в зависимости от числа и трудности состязаний, объема и интенсивности занятий и степени подготовленности футболистов.

Для определения сдвигов в физической, технической и тактической подготовке футболистов необходимо проводить контрольные испытания (тестирование) и медицинские осмотры.

После того как будут спланированы дни состязаний и отдыха, дни контрольных испытаний (тестирования) и медицинских осмотров, все оставшиеся дни распределяют для занятий различной длительности и интенсивности.

По интенсивности занятия делятся на занятия с большой, средней и малой нагрузками. При отнесении занятий к степени интенсивности руководствуются [1; 27]:

а) характером (темп, трудность и пр.) и длительностью упражнений;

б) длительностью интервалов отдыха между упражнениями и его характером (пассивный, активный);

в) длительностью занятий и отдыха после предшествовавших занятий и состязаний;

г) индивидуальными особенностями футболистов;

д) условиями окружающей среды; е) направленностью и величиной

занятий;

ж) быстротой протекания процессов восстановления после выполнения упражнений [1].

1.1.1 Подготовительный период

В подготовительном периоде совершенствуются технические и тактические навыки футболистов, физическая и волевая подготовка игроков [7; 43; 44; 46]. Началу занятий предшествуют тщательные медицинские осмотры.

Подготовительный период делится на два этапа – общеподготовительной и специальной подготовки.

На первом зимнем этапе (общеподготовительном) целесообразно планировать больше занятий по общефизической подготовке. В это время создается фундамент для успешного выступления в соревновательном периоде. Уделяется много внимания и совершенствованию техники игры в футбол. Примерное содержание в процентах по видам подготовки выглядит так: 50% – физическая подготовка, 40% – совершенствование в технике игры и 10% – совершенствование в тактике. На этом этапе постепенно увеличивается объем работы с некоторым увеличением интенсивности занятий. Тренировочный объем растет вплоть до весеннего этапа, после чего стабилизируется и несколько снижается. Интенсивность же нагрузки на первом этапе невелика. Когда начинает снижаться объем работы, увеличивается интенсивность, которая достигает максимума перед началом соревновательного периода.

Основные формы тренировки на этом этапе – специальные групповые и индивидуальные занятия различной направленности при сочетании физической подготовки с технической и тактической.

Наибольшее место в занятиях отводится упражнениям, развивающим силу, выносливость, ловкость.

В результате выполнения большого объема работы на этом этапе обеспечиваются положительные сдвиги во всех системах организма.

Упражнения на развитие скорости, в частности повторный бег, выполняются в небольших дозировках. Больше места отводится переменному бегу, что вызывается необходимостью постепенно втягиваться в работу с предельными усилиями. Упражнения по тактике также пока еще занимают небольшое место в занятиях.

Занятия планируются как в спортивных залах, так и на воздухе. В зале занятия проводятся преимущественно по физической подготовке.

При проведении занятий на заснеженном грунте подбираются упражнения, выполняемые в движении (например, эстафеты, игры и игровые упражнения). Если имеется площадка с хорошо укатанным снежным покровом, то проводятся двусторонние тренировки и товарищеские игры.

На начальном этапе не рекомендуется слишком рано начинать товарищеские игры и чрезмерно увлекаться их проведением.

К концу общеподготовительного этапа завершается всесторонняя подготовка футболистов к календарным состязаниям. Особое внимание уделяется полному восстановлению необходимых технических навыков и тактических действий, освоению принятых командой систем игры. Значительно увеличивается объем специальной физической подготовки.

Помимо упражнений в технике и тактике, которые выполняются в большом объеме, шире используют также упражнения на развитие быстроты. Часто выполняются упражнения, развивающие специальную выносливость. По мере роста мастерства дают упражнения для совершенствования техники и тактики.

На этапе специальной подготовки осуществляется непосредственная подготовка к официальным соревнованиям. Специальная физическая подготовка, и в частности скоростно–силовая, занимает ведущее место в тренировках на этом этапе. Немало времени отводится адаптации двигательных навыков к усложненным и игровым условиям, возрастает интенсивность выполняемых упражнений.

По сравнению с общеподготовительным этапом тренировки уменьшается количество упражнений на развитие ловкости. Они даются преимущественно в

виде различного рода прыжков, игр и игровых упражнений. Выполняются контрольные тесты, которыми как бы подводится итог учебно–тренировочной работы за подготовительный период.

В подготовительном периоде микроцикл, который проводится от одного выходного дня до другого, условно называется тренировочным. В соревновательном периоде микроцикл от одной календарной игры до другой называется условно соревновательным. Длительность и характер тренировочных и межигровых циклов различны. В подготовительном периоде 3-4 занятия в неделю вполне достаточны для подготовки футболистов-разрядников. Но, чтобы добиться высшего спортивного мастерства, необходимо тренироваться чаще и обязательно чередовать в неделе занятия с разными нагрузками и задачами.

Нельзя не учитывать, что упражнения для развития того или иного качества и совершенствования в технике имеют определенную частоту повторений, при которой они наиболее эффективны. Например, силу, быстроту и гибкость отдельных мышечных групп рациональнее развивать ежедневно, а выносливость – относительно реже.

Спортивный опыт и научные исследования В.А. Сальникова [43] показывают, что для совершенствования в технике далеко не безразлично, что выполнялось в занятии накануне. Если это была тренировка, посвященная развитию выносливости или совершенствованию в технике при максимальных усилиях, то в последующий день работать над улучшением техники нецелесообразно. Совершенствование же в технике при небольших усилиях в течение нескольких дней подряд приводит к положительным сдвигам.

1.1.2 Соревновательный период

В соревновательном периоде главное место занимают выступления в календарных состязаниях и подготовка к ним [11; 36]. Однако занятия по совершенствованию физической, технической и тактической подготовки ведутся в большом объеме. В соревновательном периоде создаются необходимые усло-

вия для достижения и сохранения спортивной формы, для наивысшей работоспособности в каждой календарной игре.

Формами тренировки являются специальные групповые и индивидуальные занятия по физической подготовке, групповые и индивидуальные занятия по технике и тактике, двусторонние и товарищеские игры, календарные игры. Систематически проводятся контрольные испытания.

Наибольшее место в соревновательном периоде отводится технике и тактике, а так же специальной физической подготовке. Значительно возрастает работа по развитию у футболистов быстроты. Основное место здесь отводится повторному бегу.

Начиная с августа упражнения с предельной скоростью выполняются в меньшем объеме, так как к этому времени у футболистов накапливается усталость.

Во второй половине соревновательного периода удельный вес упражнений, рассчитанных на развитие быстроты, постепенно снижается, а достигнутая быстрота поддерживается и совершенствуется в играх, игровых упражнениях и состязаниях. То же относится к упражнениям на развитие выносливости и ловкости. Упражнениям на развитие силы во второй половине соревновательного периода также отводится несколько меньше места.

Основными средствами тренировки в соревновательном периоде применяются упражнения специальной физической подготовки, упражнения в технике владения мячом, тактические упражнения, двусторонние, товарищеские и календарные состязания.

Важную роль в соревновательном периоде играет регуляция процесса восстановления. В начале периода и в конце его проводятся контрольные тесты. Данные этих испытаний позволяют судить о сдвигах, происшедших в подготовке футболистов под влиянием тренировки. Для этой же цели дважды в соревновательном периоде проводятся медицинские осмотры футболистов.

Занятия по технике и тактике на всех этапах преследуют цель повышения стабильности выполнения и вариативности технических и тактических приемов

игры. При совершенствовании в технике владения мячом обращается внимание на скорость полета мяча и точность попадания в цель, а также на безукоризненное выполнение остановок, ведения и отбора мяча, на разнообразие финтов, на дальность и точность вбрасывания мяча. Широко используются игровые упражнения и специально подобранные игры, приближающиеся к соревновательным условиям, например «четверо против двоих», «трое против одного», «волейбол головами» и т.д.

Кроме того, проводятся двусторонние матчи с акцентом на выполнение отдельными игроками заданных технических приемов, а также товарищеские соревнования.

В соревновательном периоде совершенствуются принятые командой тактические варианты ведения атаки, построение обороны и взаимодействия линий и звеньев при переходах команды от нападения к обороне и от обороны к нападению.

Для совершенствования в тактике используют всевозможные игровые упражнения и игры: «партия на партию», «борьба за мяч», «нападение против защиты» и т.п. Выполняют такие упражнения, которые способствуют выработке у футболистов точных и своевременных передач, навыков в «открывании» и «закрывании», отборе мяча, в непрерывном маневрировании, взаимопомощи, проявлении творчества и инициативы в игре. Разучивают новые тактические комбинации между игроками смежных линий и звеньев, а также различные способы выполнения начального, штрафного, свободного, углового ударов, удара от ворот и вбрасывания мяча из-за боковой линии. Наигрываются тактические системы игры в связи с предстоящими календарными соревнованиями. Интенсивность нагрузок достигает наивысшего уровня.

1.1.3 Переходный период

В переходном периоде осуществляется переход от спортивной деятельности большого объема и интенсивности к менее интенсивным и объемным

нагрузкам. Однако в связи с постепенным переходом на круглогодичную систему соревнований активные занятия физическими упражнениями не прекращаются. Это позволяет избежать резкого снижения спортивной формы.

На первом этапе переходного периода до начала отдыха выполняются главным образом комплексные занятия. Упражнения, рассчитанные преимущественно на развитие быстроты, выносливости, силы, ловкости, занимают в занятиях незначительное место. Продолжаются двусторонние игры и товарищеские состязания. Длительность занятий, их интенсивность, а также трудность состязаний постепенно снижаются.

В переходном периоде игроки самостоятельно занимаются различными физическими упражнениями по совету тренера и врача. К концу периода рекомендуется активизировать самостоятельные занятия по физической подготовке с таким расчетом, чтобы сократить время на вхождение в спортивную форму очередного годового цикла тренировки [14].

1.2 Техническая подготовка спортсменов в футболе

Для того чтобы рассмотреть особенности тактической подготовки юных футболистов, необходимо сказать о техники полевого игрока.

По способу выполнения они подразделяются на удары внутренней и внешней сторонами стопы, серединой, внутренней и внешней частями подъема, носком, пяткой. При разучивании ударов следует сначала обращать внимание на правильное техническое выполнение приема, а после того как будет освоен прием, нужно работать над точностью ударов, а лишь затем – над силой ударов [1; 6].

Освоение техники ударов ногами по мячу лучше начинать с разучивания удара внутренней стороной стопы, который часто используется в игре. Этот прием применяется как для передач мяча на короткие и средние расстояния, так и для взятия ворот с близкого расстояния. Удар внутренней стороной стопы недостаточно сильный, но очень точный.

Удар серединой подъема в игре часто применяется при передачах мяча на среднее и длинное расстояния, при обстрелах ворот. Удар выполняется с прямого разбега по отношению к предполагаемому направлению полета мяча.

Удар внутренней частью подъема в игре применяется при обстреле ворот соперника, выполнении штрафных и угловых ударов, при фланговых передачах. Удар внешней частью подъема применяется как при обстреле ворот, угловом, штрафном ударах, так и при выполнении скрытой передачи партнеру. При этом ударе мяч в полете закручивается и летит, несколько отклоняясь в сторону.

Удар носком. В ряде случаев этот удар эффективен и при обстреле ворот соперников, ведь он наносится с небольшого замаха, а, следовательно, внезапно для вратаря. Техника выполнения этого приема аналогична технике удара серединой подъема.

Удар пяткой применяется в основном при необходимости выполнить неожиданную передачу партнеру, находящемуся сзади.

Удары с лета – один из наиболее сложных технических приемов игры. Обучаясь этим ударам, следует обратить внимание на правильность соприкосновения бьющей ноги с мячом.

Удары с полулета выполняются в момент отскока мяча от земли. Такие удары, как правило, очень сильны. Ими пользуются при дальних передачах, обстреле ворот [12].

Остановки мяча. Остановки мяча в футболе достигаются, как правило, уступающим движением той или иной части тела и расслаблением определенных мышечных групп. Остановки могут быть полными, после которых мяч остается лежать у ног игроков неподвижно, и неполными, когда движение мяча гасится не полностью, а лишь замедляется его скорость и изменяется направление движения. В игре, естественно, чаще всего используются неполные остановки.

Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы довольно часто используется в игре, так как этот способ удобен и надежен.

Остановка катящегося мяча подошвой выполняется, когда мяч движется навстречу игроку. Техника выполнения приема не так уж сложна. Однако требует вначале внимания и старательности.

В игре футболисты часто останавливают опускающиеся мячи и внутренней стороной стопы, и подошвой. В первом случае опорная нога ставится примерно в 40 см впереди предполагаемого места приземления мяча. Останавливающая нога отводится назад, пропуская летящий мяч, а в момент его касания земли мягко накрывает внутренней стороной стопы. При остановке опускающегося мяча подошвой опорная нога ставится чуть позади предполагаемого приземления мяча. Останавливающая нога, согнутая в коленном суставе, выносится немного вперед. После касания мячом игрового поля он накрывается подошвой за счет некоторого выпрямления ноги, которая при этом расслабляется.

В случаях, когда летящий сзади или сбоку мяч, опускаясь, несколько удаляется от игрока, используется остановка внешней стороной стопы, Этот прием используется опытными футболистами для последующего ухода от соперника. А выполняется он так: опорная нога сгибается в коленном суставе, а другая выносится вперед, приподнимается и разворачивается, мяч накрывается внешней стороной стопы, а голеностопный сустав расслабляется. Туловище слегка наклоняется в сторону мяча. Существуют и другие варианты остановки летящего мяча этим способом.

Овладев приемом таких мячей, игрок получает в игре большое преимущество перед соперником. Как правило, летящие мячи останавливаются внутренней стороной стопы или серединой подъема. Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы во многом напоминает остановку катящегося мяча этим же приемом: опорная нога слегка сгибается в колене, выносится вперед – вверх с таким расчетом, чтобы мяч соприкоснулся с внутренней стороной стопы. В тот же миг останавливающая нога мягко подается назад, гася скорость

полета мяча. Этим приемом принимаются мячи, летящие не выше уровня бедра.

Дриблинг, или ведение мяча толчками, широко используется игроками в современном футболе. Дриблинг применяется для выхода на свободную позицию, для держания мяча, когда партнеры закрыты и некому дать точную передачу. Ведение осуществляется внешней и внутренней частями подъема, внутренней стороной стопы и даже носком. Однако во всех случаях Дриблинг осуществляется несильными ударами – толчками. Чтобы мяч держать под контролем, необходимо научиться придавать ему обратное вращение. Во время тренировок важно добиваться того, чтобы при ведении мяча голова была приподнятой. Таким образом, в поле зрения будут находиться и мяч, и обстановка на поле. Если же соперник находится в непосредственной близости, мяч не следует далеко отпускать, так как соперник получит благоприятную возможность для отбора мяча. При атаке соперника справа надо перевести мяч под левую ногу и наоборот так, чтобы туловище владеющего мячом находилось между мячом и соперником.

В современном футболе техникой отбора мяча должны владеть игроки любого амплуа [33].

Отбор мяча перехватом применяется в тех случаях, когда соперник, двигаясь с мячом навстречу, слишком далеко отпустил от себя мяч. Уловив этот момент, необходимо резким движением овладеть мячом или попытаться отбить его, ставя на его пути ногу.

Отбор мяча толчком – простой, однако очень эффективный прием. Он, как правило, используется против соперника, бегущего с мячом рядом.

Отбор мяча подкатом – один из наиболее сложных технических приемов игры. Подкат применяется в тех случаях, когда уже нет возможности отобрать мяч у соперника каким-либо другим приемом. Отбор подкатом можно выполнять, находясь в различной ситуации – спереди и сбоку от соперника, владею-

щего мячом. Отработке данного технического приема следует уделить серьезное внимание. Ведь неправильное применение подката приводит, как правило, к нарушению правил игры. Более того, это чревато получением серьезной травмы самим игроком и нанесением ее сопернику.

Мы рассмотрели технику полевого игрока, в чем же суть техники вратаря [13; 47; 48].

Вратарь – особая фигура в команде. Роль его чрезвычайно велика. Техника игры стража ворот лишь частично схожа с техникой полевых игроков. В основном же она сильно отличается от последней, так как вратарю разрешается играть в пределах штрафной площади руками. В технике игры стражей ворот можно выделить следующие приемы: ловля мячей катящихся, низко летящих, полувысоких и высоко летящих, ловля мячей в падении и броске, отбивание летящих мячей, вбрасывание и выбивание мячей.

Вратари должны помнить, что выполнение ими целого ряда технических приемов связано в определенной мере с опасностью получения травм. Чтобы избежать этого, на тренировках и в игре вратари должны облачаться в специальное обмундирование: стеганые трусы, наколенники, перчатки, налокотники. В то же время удобная, хорошо подогнанная форма избавляет от ссадин и ушибов при падениях, бросках, столкновениях с соперником [34].

1.3 Тактическая подготовка футболистов

В современном мире развитие футбола выражается в активизации игровых действий, повышении их эффективности, расширении арсенала технико-тактических приемов, что повышает требования к уровню подготовленности спортсменов. В структуре подготовленности все большую роль играет тактическая подготовка, связанная с развитием специальных способностей спортсменов и формированием специальных тактических навыков. Такая подготовка ос-

новывается на максимальном учете всех психологических механизмов принятия оперативных решений.

Тактика футбола − это совокупность методов коллективно организованных действий команды, направленных на преодоление противника средствами спортивной борьбы [23].

М.А. Рубин подчеркивает, что рассматривать проблему повышения командных взаимодействий надо с термина «технико-тактическая подготовка», который означает первичность техники и вторичность тактики [40].

Однако качество выполнения игроком технического действия зависит от действий партнеров без мяча, то есть его тактических перемещений по полю, например, вовремя открыться в свободное игровое пространство для получения и продолжения атакующих действий. Поэтому взаимодействия партнеров по команде, синхронность выполнения, нестандартные ходы и импровизация необходимы для успешного завершения атаки или отбора мяча [41].

Игру в футбол рекомендуется рассматривать как набор некоторых ситуаций, в которых игроки должны действовать по определенным алгоритмам [42].

Основные игровые навыки юного футболиста формируются в возрасте 14-16 лет, т.е. преимущественном в завершающей стадии пубертатного периода. Можно поэтому говорить, что такой возраст является своего рода «ключевым» по отношению к процессу становления игрового мастерства футболиста.

Эффективность решения игровых задач командой в значительной степени определяется эффективностью тактических действий игроков центре. Можем отметить, что простое изменение в центре поля чрезвычайно влияет на процентное выражение технических результатов нападающих и защитников. Э.М.Г. Паломарес отмечает, что внесение изменений в тактическую схему тренер должен быть ориентироваться на техническую подготовленность спортсменов, которые ощутят на себе это изменение в полной мере [37]. Тренер должен понимать, что реализуя общекомандную стратегию и связывая воедино действия игроков оборонительных линий и линии атаки только середина.

Анализируя содержание технико-тактической подготовки юных футболистов, Э.А.М. Кубеков и Э.Э. Кочкаров [26], констатируют, что в многолетней технико-тактической подготовке футбольного резерва преобладает обучение тактике атакующих действий.

Как отмечает Г.В. Драндров, игровая ситуация в командно-игровых видах спорта, в том числе и в футболе, включает в свое содержание три элемента, из которых первый – мяч, представлен в единственном числе, а два других – игроки атакующей и обороняющейся команды – во множественном числе (до 11 игроков). Второй существенной особенностью игровых ситуаций является то, что все три элемента находятся в постоянном движении в определенном направлении и с определенной скоростью, что приводит к постоянному изменению игровой ситуации. Третьей особенностью игровых ситуаций является взаимообусловленность перемещений (по направлению и скорости) игроков обеих команд и взаимосвязанность перемещений игроков одной команды [17].

В процессе тренировки через игровые ситуации у футболиста формируется логическая структура понимания целей и задач всей игры. Всю игру можно представить как совокупность действий в виде игровых эпизодов, у которых есть внешние и внутренние связи.

В решении игровых задач применяются тактические действия, направленные на достижение определенного результата. Такие действия, хотя и обусловлены уровнем развития психомоторики, физических качеств, технического арсенала, психической устойчивости, совершенствуются на протяжении длительного периода тактической подготовки юных футболистов [24].

Примеры тактических схем игры:

1) Наиболее общими элементами игровой ситуации «2 на 2» являются: 1) позиция защитника (А1) по отношению к игроку с мячом (Б1). Здесь возможны два варианта: а) защитник располагается ближе к бровке по отношению к линии, соединяющей мяч и центр своих ворот; б) защитник располагается ближе к центру поля; 2) позиция защитника (А2) по отношению к игроку без мяча (Б2). Здесь возможны также два варианта: а) защитник располагается

близко с атакующим игроком Б2; б) защитник располагается на расстоянии. Во втором случае он может занимать две позиции: ближе к бровке по отношению к линии, соединяющей атакующего игрока Б2 и центр своих ворот; ближе к центру от этой линии. С учетом качественного своеобразия выделенных нами двух наиболее общих элементов игровой ситуации «2х2» выделяются 7 возможных типовых игровых ситуаций и соответствующих им групповых тактических комбинаций, приводящих к созданию численного преимущества.

2) Игровые ситуации 2-5, связанные с приемом мяча атакующим игроком Б2 в зоне перед опекающим защитником, можно разделить на две группы: ситуации, в которых есть возможность обратно передать мяч в одно касание игроку Б1 в свободную зону (ситуации 2-3); ситуации, в которых есть возможность игроку Б2 принять мяч с уходом в свободную зону (ситуации 4-5).

3) Тактические комбинации, применяемые в ситуациях 4 и 5, состоят из двух групповых тактических действий: передачи мяча и ведения [16].

В. Костюкевич и Э. Ю. Дорошенко отмечают, что в современном футболе преимущественно используются такие системы игры: 1–4–4–2; 1–4–5–1; 1–3–4–3; 1–3–5–2 (1-я цифра – вратарь; 2-я – игроки линии защиты; 3-я – игроки линии полузащиты; 4-я – игроки линии нападения) [15; 40].

По итогам ЕВРО-2016 Шукан В.И., Рымашевский Г.А., Лукин Ю.К. сделали анализ игр и определили, что основной командной тактической системой была 1-4-2-3-1. Кроме того в отдельных матчах в зависимости от положения команд в турнирной таблице, хода конкретного матча и других факторов применялась и другая тактика: 1-4-3-3, 1-4-4-2, 1-3-52, 1-4-5-1, 1-4-1-4-1 [48].

Успешность игровых действий в футболе, по мнению Г.Л.Драндров, Ю.И.Краснов, Р.В. Фаттахов, обусловлена одинаковым видением всеми членами группы сложившейся игровой ситуации: футболисты должны одинаково «распознать» конкретную игровую ситуацию, отнеся ее к определенному, типовому классу ситуаций [17].

На рисунке 1 представлены основные тактические взаимодействия игроков в футболе. Авторы отмечают, что при всем многообразии игровых момен-

тов их можно объединить в две большие группы в соответствии с тем, владеет команда мячом или отбирает его. Другими словами, действия игроков на поле характеризуются специальным содержанием тактических взаимодействий в фазе владения мячом и фазе отбора мяча [25].

Единицами оценки тактической подготовленности, которые приводит в своей работе А.И. Матвиенко, являются [30]:

- передачи назад, поперек и вперед: короткие и средние (до 30 м); длинные (более 30 м); «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) [30].

Рисунок 1 – Основные тактические взаимодействия игроков в футболе

Из этого положения авторы при выборе упражнений, направленных на совершенствование механизмов тактического мышления футболистов, стремятся многократно повторять стандартные ситуации с однозначным вариантом решения тактической задачи; с другой стороны, предъявлять спортсменам только оперативные задачи, при которых один из участников игровой деятельности в один из моментов ставится в ситуацию, требующую нешаблонного принятия решения на основе «видения с места» всего решения.

Можно согласиться с мнением Г.В. Монакова [32], что нет командного мышления, но есть общие командные задачи, которые поставлены, и для их решения достаточно нескольких игроков, способных к последовательному и объективному мышлению, умеющих сознательно и вовремя менять тактику игры.

При выборе средств тактической подготовки важно учитывать, что в футболе все специальные упражнения носят комплексный характер, и в процессе их выполнения одновременно решаются задачи развития двигательных качеств, технической и тактической подготовки. Важное место отводится сопряженности всех видов подготовки, позволяющей в определенной мере устранить противоречия между специальной физической, технической и тактической подготовленностью юных спортсменов [2; 22]. Данный подход предполагает целесообразность и рациональность в соотношении тренировочных и соревнователь-

ных нагрузок в зависимости от структуры подготовленности, вариативности средств и методов тренировки, выполнение тренировочных программ, приближенных по структуре к соревновательной деятельности и направленных на мобилизацию двигательного потенциала футболистов.

Тренировочный процесс по совершенствованию технико-тактических навыков и когнитивных качеств футболистов реализуется в двух формах:

- в виде игровых упражнений, выполняемых всеми полевыми игроками;
- в виде специальных упражнений, предназначенных для игры в связке.

В таблице 1 показано принципиальное распределение средств подготовки юных футболистов. Ниже эти упражнения конкретизируются.

Таблица 1 – Упражнения по технико-тактической подготовке юных футболистов

Период под-ки	Направленность занятия	Вид упражнения	Направленность подготовки	Объем	Интенсивность	Кол-во повторов
1	технико-тактическая тренировка	Групповое	Технико-тактич.	25 мин.	Высокая	3-4
		Парное	Скоростно-силовая	15 мин.	Средняя	5-6
		Индивид.	Техническая	15 мин.	Низкая	-
		Групповое	Сопряженная	30 мин.	Высокая	2-3
		Парное	Сопряженная	20 мин.	Средняя	5-6
2	комплексная тренировка	Индивид.	Технико-тактич.	10 мин.	Средняя	-
1	комплексная тренировка	Групповое	Технико-тактич.	40 мин.	Средняя	4-5
2	игровая тренировка	Групповое	Игровая	25 мин.	Высокая	3-4
		Парное	Сопряженная	20 мин.	Средняя	5-6
1	игровая тренировка	Групповое	Технико-тактич.	30 мин.	Высокая	3-4

Упражнения применяемые в периоды подготовки:

1 – подготовительный,

2 – соревновательный.

Занятия рекомендованные в таблице:

- технико-тактическая тренировка,
- комплексная тренировка,
- игровая тренировка.

Игровые тренировки должны составлять до 60% общего времени подготовки.

По направленности тренировочные занятия распределяются следующим образом:

1) занятия технической направленности (основная часть такого занятия – упражнения на технику),

2) занятия технико-тактической направленности (технические упражнения позволяли решать тактические задачи),

2) занятия тактической направленности, направленные на развитие

3) когнитивных и психомоторных качеств и формирование навыков решения оперативных задач,

4) занятия скоростно-силовой направленности, в которых основное место занимают скоростно-силовые упражнения,

5) занятия сопряженной направленности, построенные по принципу сопряженных воздействий,

6) занятия игровой направленности, в которых решаются задачи сопряженных воздействий на подготовленность юных футболистов, с акцентом на интегральную, игровую подготовленность.

Ниже приводятся примеры тактических упражнений, которые рекомендует Г.В. Монаков [32]. Индивидуальные упражнения:

- упражнения в ведении мяча с остановками по зрительному сигналу,
- игрок с мячом находится спиной к направлению атаки;
- по сигналу тренера он должен сделать быстрый поворот на 180
- градусов и длинной передачей послать мяч в направлении одной
- из мишеней, указанных тренером,
- упражнение 3 х 1: игрок («диспетчер») борется протии трех
- нападающих: в случае, если он перехватил мяч, соперники

- становятся партнерами, и он должен как можно быстрее дать
- пас тому, кто находится в более выгодном положении для контратаки,
- то же, но по формуле 4 х 2: защищаются два игрока против четверых нападающих; при перехвате мяча надо дать пасс партнеру,
- игра 1 х 1 на ограниченной площадке со взятием ворот.

Парные упражнения:

- упражнения в передачах мяча в парах на месте,
- упражнения в передачах мяча в парах в движении,
- передачи в парах с выходом на свободное место,
- передачи мяча «на ход» партнеру,
- «челноки» с ведением и передачей мяча партнеру,
- ведение мяча с применением обманных движений, остановки и повороты на площади 15х15.

Групповые упражнения:

- эстафеты с мячом и без мяча,
- упражнения в передачах мяча в тройках на месте,
- упражнения в передачах мяча в тройках в движении,
- ведение в тройках с ударом по воротам,
- прострельные и навесные передачи в штрафную площадь соперника,
- игра на удержание мяча 6х6 на площади ½ футбольного поля (без ограничений касаний мяча),
- упражнения 2 х 1, 3 х 2, 3 х 2, 4 х 2, 4 х 3, дающие преимущество владеющим мячом,
- «квадрат» 3х1 в одно касание,
- «квадрат» 4х4 с одним нейтральным в два касания на площадке 15х15 м и 15х20 м,
- «квадрат» 3х3 с персональной опекой на площадке 30х20 м,

- «квадрат» 7х7 с персональной опекой на площади 50х40 м,
- игры 2 х 2, 3 х 3 с одним нейтральным со взятием ворот на малой площадке; нейтральный играет за команду, владеющую мячом.
- игра на одной половине поперек поля на большие ворота 7х7, гол засчитывается в том случае, если все игроки команды, владеющие мячом, перешли на половину поля соперника,
- игра на половине поля, разделенном на три зоны: на первой трети поля играют 7 х 5 (два игрока команды, состоящей из пяти игроков, остаются на дальней трети поля; если эта команда перехватила мяч, необходимо отдать пас партнерам, находящимся в дальней трети ; при этом нельзя переходить в среднюю зону, т.е. успех приносит длинная передача,
- комбинация «игра в стенку».

Для формирования специальных взаимодействий между игроками в виде типовых «связок» А.И. Матвиенко рекомендует использовать специализированные средства тренировки [30]:

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

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

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

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

Афоньшин В.Е., Драндров Г.Л. и др. [4] описывают фундамент (основу) тактического мастерства как зрительный контроль, обеспечивающий видение поля, в пределах которого осуществляется игровое мышление. Они подчеркивают, что индивидуальное тактическое мастерство игрока состоит из таких элементов как: - зрительный контроль обстановки (функционирование зрительных анализаторов, выполнение технических приёмов без зрительного контроля); - видение поля на основе зрительного контроля (расстановка, взаимное положение, движение игроков); - игровое мышление (реакция на изменения, синтез и оценка вариантов действий); - прогнозирование развития ситуации; - принятие решений; - исполнение принятых решений в условиях противодействия.

Ограниченное количество примеров не исключает многообразия воздействий, поскольку эти упражнения могут использоваться в самых различных сочетаниях и с варьированием таких факторов, как объем и интенсивность нагрузки, размер игровой площадки и т.д. Необходимо учитывать и то, что в футболе все специализированные упражнения носят комплексный характер, и в процессе их выполнения одновременно решаются задачи совершенствования как двигательных качеств, так и технико-тактического мастерства.

А.И. Матвиенко при выборе показателей индивидуальных и коллективных взаимодействий указывает на информативность таких параметров и возможность использования для моделирования как простых, так и сложных тактических взаимодействий различных по количеству групп футболистов [31].

2 Организация и методы исследования

2.1 Организация исследования

1 этап исследования. Проводился с сентября 2017 года по март 2018 года и состоял из анализа и обобщения научно-методической литературы по теории и методики физической культуры, подготовке спортсменов. Были рассмотрены следующие вопросы: периодизация тренировочного процесса в годовом цикле футболистов (подготовительный, соревновательный и переходный), а так же особенности технической и тактической подготовки юных спортсменов, занимающихся футболом.

Было проанализировано 50 источников, среди которых основная литература не старше 10 лет, 8 источников – не старше 5 лет. Качественный и количественный состав представленных источников свидетельствует о достаточно полном изучении указанной в теме исследования проблемы.

2 этап исследования проводился март-апрель 2018 года. В данной работе одним из основных является метод педагогических наблюдений. С помощью наблюдений и записи всех игровых действий футболиста в матче (соревновательном и тренировочном) и последующей обработки результатов, позволяет выявить основные технико-тактических действия игроков, получить интегральную оценку уровня технико-тактической подготовленности, определить уровень технико-тактическое мастерство футболистов разных возрастных групп.

В протоколе фиксировались технико-тактические действия в защите и атаке, отдельно по этим показателям анализировались соревновательные и тренировочные игры. Основные показатели технико-тактической подготовленности для наблюдения: - передачи назад, поперек и вперед, ведение мяча, обводка, отбор мяча, перехват, единоборства за мяч, удары в ворота, потери.

На основе анализа данных, внесённых в протоколы, мы можем выявить объем технико-тактических действий игроков и процентное отношение игры в

обороне, при организации атаки к общему количеству технико-тактических действий футболистов.

3 этап исследования – проведение педагогического эксперимента. В эксперименте приняли участие спортсмены 14-16 лет футбольной школы «Рассвет» г. Красноярск. Период проведения эксперимента февраль-апрель 2018 года. Продолжительность эксперимента недостаточно длительная, однако положительная динамика в уровне технико-тактической подготовленности футболистов 14-16 лет отмечается, а математическая обработка этих результатов показывает достоверность различий между участниками контрольной и экспериментальной группы.

В начале и конце эксперимента было проведено три товарищеские игры с представителями футбольных клубов г. Красноярска возраста 14-16 лет. Сравнивалась технико-тактическая подготовленность на основании реализации ТТД в игре по следующим параметрам:

1. Короткие и средние передачи;
2. Передачи «на ход»;
3. Длинные передачи;
4. Прострельные и навесные передачи в штрафную зону;
5. Ведение;
6. Обводка соперника;
7. Отбор мяча;
8. Перехват мяча (опережения);
9. Единоборство за мяч внизу;
10. Единоборство за мяч вверху;
11. Игра головой;
12. Удары по воротам;
13. Потери мяча.

В конце повторное оценивание позволило выявить результативность использования комплекса упрощенных игр и игровых упражнения для повышения уровня технико-тактической подготовленности футболистов команды «Рассвет».

4 этап заключается в оформление текста курсовой работы. Формулирование выводов по результатам исследования.

2.2 Методы исследования

1. Анализ научной и научно-методической литературы;
2. Педагогические наблюдения за тренировочными и соревновательными играми юных футболистов разной возрастной категории;
3. Педагогической эксперимент для выявления эффективности комплекса упрощенных игр и игровых упражнений;
4. Методы математической статистики.

1. **Анализ научной и научно-методической литературы**. Анализ литературы позволил выявить современное состояние проблемы спортивной подготовки в футболе. Библиографический метод применен нами для исследования следующих вопросов: периодизация тренировочного процесса в годовом цикле футболистов; техническая подготовка футболистов; тактическая подготовка футболистов.

2. **Педагогические наблюдения** проводились с целью изучения содержания разносторонности техники и тактики игры юными футболистами в соревновательных и тренировочных условиях, то есть определения уровня их технико-тактической подготовленности в зависимости от возраста занижающихся. В процессе наблюдений систематизировались:

Результативность соревновательной деятельности;

Защитные технико-тактические действий в игре;

Атакующие технико-тактические действий в игре;

Разносторонность соревновательного объема технико-тактических действий;

Разносторонность тренировочного объема технико-тактических действий.

3. **Педагогический эксперимент.** Метод исследования, который направлен на создание условий для формирования заданных гипотезой свойств, качеств, способностей или навыков. Этот метод был применен и организован с целью доказательства положительного влияния разработанного комплекса упрощенных игр и игровых упражнений для повышения технико-тактической подготовленности спортсменов 14-16 лет, занимающихся футболом.

4. **Методы математической статистики.** Обработка цифрового материала осуществлялась при помощи традиционных методов математической статистики, принятых и получивших широкое распространение в исследованиях по спортивной педагогике. Вычислялись степень корреляционной зависимости между параметрическими показателями. С помощью t- критерия Стьюдента определялась достоверность различий между показателями, полученным в ходе контрольного тестирования спортсменов.

3 Экспериментальное обоснование эффективности комплекса Упрощенных игр и игровых упражнений в технико-тактической подготовке футболистов 14-16 лет

3.1 Выявление параметров разносторонности технико-тактической Действий соревновательной и тренировочной деятельности в Зависимости от возраста юных футболистов

Анализ результатов педагогических наблюдений позволил установить существенные различия рассматриваемых параметров разносторонности технико-тактической действий соревновательной и тренировочной деятельности в зависимости от возраста юных футболистов.

Уровень разносторонности технико-тактической действий футболистов 14-15 лет в тренировочных играх ниже, чем разносторонность технико-тактической действий в соревнованиях. В возрастной группе 14-15 лет отмечены особенности соотношения разносторонности технико-тактических атакующих и защитных действий, как в тренировочной, так и в соревновательной игре.

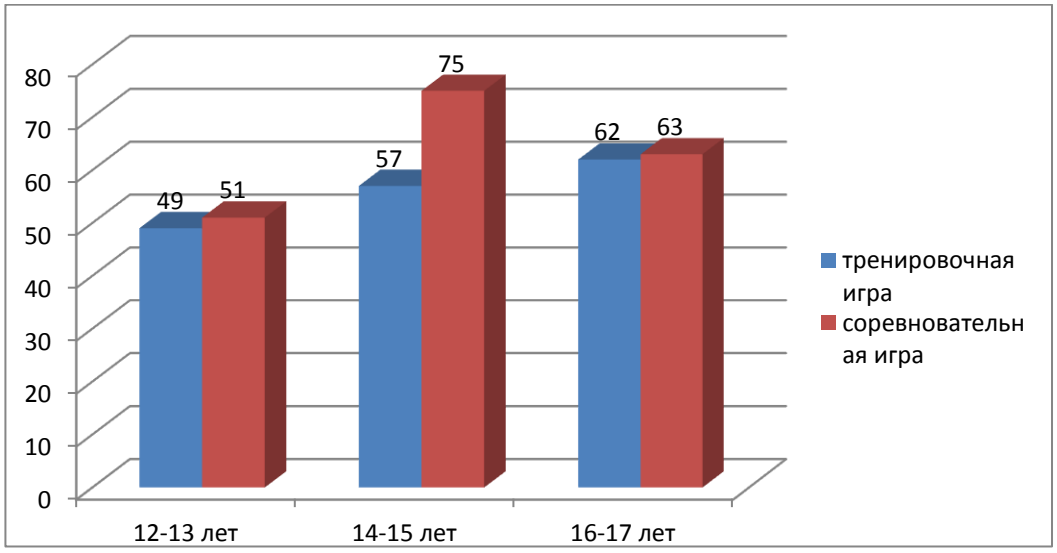

Рисунок 1 – Сравнение количества (в %) технико-тактических действий в тренировочной и соревновательной игре у юных футболистов

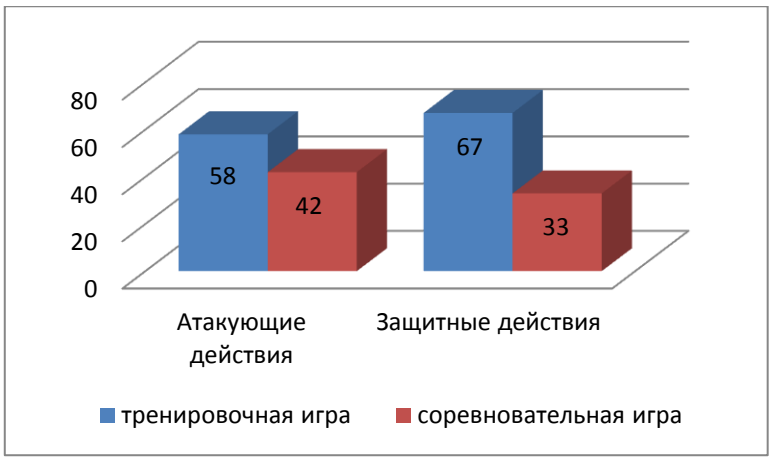

Рисунок 2 – Сравнение количества (в %) защитных и атакующих технико-тактических действий в тренировочной и соревновательной игре у футболистов 14-15 лет

В возрастных группах 14-15 отмечено преобладание разносторонности атакующих технико-тактических действий над оборонительными в условиях соревновательной деятельности.

Таблица 2 – Анализ параметров разносторонности технико-тактических действий и их влияния на результативность соревновательной деятельности футболистов 12-13 лет

	Результативность сор. деят.	Защитные ТТД в игре	Атакующие ТТД в игре	Разносторонность сор. объема ТТД	Разносторонность трен. объема ТТД
Результативность сор. деят.		0,58	0,61	0,56	0,62
Защитные ТТД в игре	0,58		0,58	0,59	0,62
Атакующие ТТД в игре	0,61	0,58		0,71	0,56
Разносторонность сор. объема ТТД	0,56	0,59	0,71		0,56
Разносторонность трен. объема ТТД	0,62	0,62	0,56	0,56	

Таблица 3 – Анализ параметров разносторонности ТТД и их влияния на результативность соревновательной деятельности футболистов 14-15 лет

	Результативность сор. деят.	Защитные ТТД в игре	Атакующие ТТД в игре	Разносторонность сор. объема ТТД	Разносторонность трен. объема ТТД
Результативность сор. деят.		0,59	0,64	0,71	0,67
Защитные ТТД в игре	0,59		0,61	0,60	0,66
Атакующие ТТД в игре	0,64	0,61		0,71	0,7
Разносторонность сор. объема ТТД	0,71	0,60	0,71		0,51
Разносторонность трен. объема ТТД	0,67	0,66	0,7	0,51	

Таблица 4 – Анализ параметров разносторонности ТТД и их влияния на результативность соревновательной деятельности футболистов 16-17 лет

	Результативность сор. деят.	Защитные ТТД в игре	Атакующие ТТД в игре	Разносторонность сор. объема ТТД	Разносторонность трен. объема ТТД
Результативность сор. деят.		0,65	0,68	0,71	0,7
Защитные ТТД в игре	0,65		0,67	0,7	0,69
Атакующие ТТД в игре	0,68	0,67		0,72	0,7
Разносторонность сор. объема ТТД	0,72	0,7	0,72		0,59
Разносторонность трен. объема ТТД	0,7	0,69	0,7	0,59	

Для выявления возрастных особенностей взаимосвязей рассматриваемых параметров разносторонности ТТД и степени их влияния на результативность соревновательной деятельности юных футболистов был осуществлен корреля-

ционный анализ. Проведенная математическая обработка данных позволила выявить следующие тенденции:

- начиная с 12-летнего возраста, обозначается тенденция повышения уровня зависимости результативности соревновательной деятельности от разносторонности соревновательного и тренировочного объемов ТТД. При этом значительно возрастает степень взаимосвязей всех рассматриваемых показателей разносторонности между собой.

- у футболистов 14-15 лет возрастает зависимость результата игры от разносторонности технико-тактических действий, теснее становятся взаимосвязи соревновательного и тренировочного объемов разносторонности тактики.

- в возрасте 16-17 лет, уровень рассматриваемых показателей стабилизируется.

Из таблицы 1-3 видно, что с возрастом повышается влияния на количественные и качественные характеристики соревновательной деятельности рассматриваемых показателей разносторонности ТТД.

Таким образом, отмечается неравномерность распределения по возрастам различий в показателях объемов разносторонности тактики атакующих и оборонительных действий, как в тренировке, так и в условиях соревнований. С учетом отмеченной выше степени влияния показателей рассматриваемых объемов разносторонности технико-тактических действий на успешность соревновательной деятельности юных футболистов, особенно, начиная с 12-летнего возраста, можно констатировать факт увеличения от этапа к этапу многолетней подготовки различий объемов разносторонности атакующих и оборонительных технико-тактических действий (с преобладанием первых) в условиях соревновательной деятельности.

В условиях тренировки подобной четкой закономерности не прослеживается. Данный факт свидетельствует о тенденции определенного «разрыва» в технико-тактическом арсенале юных спортсменов, прогрессирующего от этапа к этапу многолетней подготовки. Расширяя с возрастом диапазон атакующих технико-тактических действий, традиционная методика тренировки не способ-

ствует темпам повышения объема ТТД игры в обороне. Причем, это прослеживается как в условиях тренировки, так и соревнованиях. Выявленные особенности исследуемых объемов разносторонности технико-тактических действий в игре юных футболистов на этапах многолетней подготовки указывают на конкретные количественные различия этих показателей в зависимости от возраста спортсменов. Установленные граничные по возрастам значения разносторонности технико-тактических действий предполагают возможность дальнейшей дифференцировки содержания технико-тактической подготовки юных футболистов.

При целенаправленном подборе средств тактической подготовки юных футболистов мы исходили из методических принципов, сформулированных А.П.Золотаревым [18], и учитывал как традиционные, так и новые средства, рекомендуемые научно-методической литературой последних лет. Основу содержания подготовки должны составлять «связки» технико-тактических действий. Целесообразно применять типовые «связки»:

для нападающих,

для игроков средней линии,

для защитников.

При выполнении «связок» технико-тактических действий сопротивление соперника должно быть, в основном, пассивным, за исключением заданий с целенаправленным оборонительными действиями. В технико-тактической подготовке футболистов 14-16 лет особое внимание следует уделять чередованию фаз игры при переходе от атаки к обороне и наоборот. Технико-тактическая подготовка должна быть подчинена достижению максимально возможного единства технико-тактической и физической подготовленности.

Возраст 15 лет рекомендуется рассматривать как «критический» в плане становления технико-тактического мастерства в многолетней подготовке юных футболистов. К этому возрасту спортсмен должен освоить весь арсенал технико-тактических действий и уметь выполнять их в достаточно сложных услови-

ях. Наряду с совершенствованием атакующих технико-тактических действий особое внимание необходимо уделять игре в обороне.

С позиций показателей разносторонности технико-тактических действий в подготовке футболистов на данном этапе необходимо учитывать следующие особенности. Начиная с 14-15-лет, у футболистов отмечается возрастающая тенденция преобладания соревновательного объема разносторонности технико-тактических действий над тренировочным в пределах 20%. Об этом свидетельствует и разница в показателях разносторонности тактики атакующих и оборонительных действий, составляющая около 11 %. Данное положение еще раз подтверждает необходимость использования в технико-тактической подготовке данной возрастной группы значительного объема специализированных средств тренировки в условиях, максимально приближенных к соревновательным. При этом важным моментом должно стать обязательное соблюдение баланса атакующих и оборонительных технико-тактических действий. В связи с этим технико-тактическая подготовка в 14-16 лет должна строиться с обязательным учетом принципа «единства техники и тактики».

3.2 Организация учебно-тренировочной работы юных футболистов на основе комплекса упрощенных игр и игровых упражнений

Секрет успехов команды – в продуманном учебно-тренировочном процессе, при планировании которого помимо собственного опыта тренерским составом широко использовались методические рекомендации специалистов большого футбола, хоккея, баскетбола и других видов спорта.

Нами был разработан комплекс упрощенных игр и игровых упражнений, направленный на повышение технико-тактической подготовки футболистов, которая легла в основу экспериментальной работы.

Комплекс упрощенных игр и игровых упражнений для повышения технико-тактической подготовленности строится на основе результатов наблюдения, а именно:

1) преобладания соревновательного объема разносторонности технико-тактических действий над тренировочным. Такой «разрыв» в показателях свидетельствует об определенных резервах, кроющихся в традиционном построении учебно-тренировочного процесса, в плане повышения его эффективности.

2) разница в показателях разносторонности атакующих и оборонительных технико-тактических действий. Данное положение еще раз подтверждает необходимость использования в технико-тактической подготовке данной возрастной группы значительного объема специализированных средств тренировки в условиях, максимально приближенных к соревновательным. При этом важным моментом должно стать обязательное соблюдение баланса атакующих и оборонительных действий.

3) технико-тактическая подготовка в 14-16 лет должна строиться с обязательным учетом принципа «единства техники и тактики». На данном этапе многолетней подготовки на основе эффективной индивидуальной тактики должны быть созданы условия для успешности групповых и командных взаимодействий на достаточно высоком уровне.

«Упрощенные игры» – это набор упражнений, которые проводятся в форме игры. Каждая игра задумана с целью достижения определенной задачи [1]. Такие игры называются упрощенными потому что:

- в них участвуют не большое количество учеников – размеры площадки или игрового пространства уменьшены;
- правила упрощены;
- сложные ситуации игры большого футбола, разбиваются на фрагменты и комбинации, и при этом суть футбольной игры не меняется;
- участникам даются облегченные задания.

Эксперимент проходил на базе футбольного клуба «Рассвет» г. Красноярск.

Таблица 5 – Методические рекомендации по применение комплекса специальных упрощенных игр и игровых упражнений

№ п.п	Название	Кол-во Участ.	Размеры полощадки	Описание	Методические указания
1	Игровое упражнение	2	Квадрат 2х2	И.П. по диагонали Игроки ведут мяч по Периметру квадрата Задача. Догнать Соперника	- не заходить в квадрат - не далее 1 метра от Квадрата -различными способами - диагональ +1 балл
2	Игровое упражнение	2	Квадрат 2х2	И.П. по диагонали Игроки ведут мяч по Периметру квадрата Задача. Догнать Соперника, используя Смену направления	- не заходить в квадрат - не далее 1 метра от Квадрата -различными способами - диагональ +1 балл
3	Игровое упражнение	4	Квадрат 5х5	И.П каждый на стороне квадрата Игроки ведут мяч по периметру квадрата Задача. Догнать Соперника	- не заходить в квадрат - не далее 1 метра от Квадрата - Кого догнали тот Выбывает, игра до победителя
4	Игровое упражнение	2	Площадка 10х15	Игрок «Х» делает Передачу игроку «О» И получает обратный пас Затем ведет мяч в красные ворота и обыгрывает игрока «О» который побежал в желтые ворота. Забивает гол	
5	Игровое упражнение	2	Площадка 15х15	Тренер делает передачу одному из игроков который становится нападающим . Второй игрок выполняет роль защитника . Гол забивается в любые из двух ворот	
6	Игровое упражнение	2	Площадка 10х15	Игрок делает передачу игроку который становится нападающим а сам выполняет роль защитника . Гол забивается в любые из двух ворот	
7	Упрощенная игра	2	Площадка 10х15	Игра 1х1 в квадрате Завести мяч за одну из двух сторон соперника и остановить	- Смена направления - Защита две ближайшие стороны
8	Упрощенная	2	Площадка	Игра 1х1 в квадрате с	- Смена направления

	игра		7х7	четырьмя воротами. Задача забить гол в любые из двух ворот соперника	- Ворота на двух ближайших сторонах
9	Упрощенная игра	2	Площадка 7х7	Игра 1х1 в квадрате с воротами , забить гол проведя в любые из двух ворот	- Смена направления - розыгрыш мяча с боку через пас
10	Упрощенная игра	2	Площадка 10х7	Игра 1х1 в квадрате с воротами , забить гол проведя в любые из двух ворот. Только с обратной стороны	Смена направления - розыгрыш мяча через пас - Защита ворот тоже с обратной стороны
11	Упрощенная игра	2	Площадка 10х15	Игра 1х1 в 4 ворот. Задача забить гол в любые из двух ворот соперника	- Смена направления - Розыгрыш мяча через пас
12		2	Площадка 10х10	Игра 1х1 удары в скамейку поочередные , условия играть а) в одно касание б) в два касания	- Гол если соперник сделал Большее число касаний - Если соперник не Попал в скамейку
13		2-4	Площадка 15х10	Игра 1х1 или 2х2 через веревку натянутую на высоте 1 или 1.5 метра . Касание площадки ограничено или не ограничено но обязательно через касание мяча игроком	- Различными частями Стопы - Возможно Использование рук
14		2-4	Квадраты 3х3	Чертится два или четыре квадрата. Каждый в своем квадрате играется по принципу большого тенниса	- Розыгрыш руками , отскок через свой квадрат, - Мяч касается не более Одного раза об квадрат - касание игроками мяча Не ограничено - Игра на выбывание
15		2	Площадка 8х5	Выполняя удары друг другу забить мяч в сторону соперника. Так же можно и с воротами	-Удары выполняются от ворот - различными частями стопы

Как видно из таблицы 5, в наш комплекс входят как игровые упражнения так и «упрощенные игры». Но большую часть комплекса, занимают игры 60%, и 40% игровых упражнений.

3.3 Оценка эффективности использования комплекса упрощенных игр и игровых упражнений для повышения технико-тактической подготовленности футболистов 14-16 лет

В ходе соревнований было проанализировано по три предварительной игры команд экспериментальной и контрольной групп. Анализ проводился по 13 показателям тактико-технической подготовленности (табл. 6).

Как видно из таблицы 7, в ходе педагогического эксперимента доказана эффективность комплекс упрощенных игр и игровых упражнений для повышения уровня технико-тактической подготовленности футболистов 14-16 лет. По 6 показателям – передачи «на ход» (<0,05), длинные передачи (<0,05), обводка соперника(<0,05), перехват мяча (опережения)(<0,05), удары по воротам(<0,05), потери мяча(<0,05) – результаты различий достоверно отличаются у участников экспериментальной и контрольной группы, что подтверждает эффективность использования разработанной программы.

Таблица 6 – Показателям тактико-технической подготовленности команд экспериментальной и контрольной группы в начале эксперимента

Показатели ТТП	Группа	1 игра	2 игра	3 игра	$X_{ср.}$	σ	P
		Кол-во	Кол-во	Кол-во			
Короткие и средние передачи	ЭГ	157	161	156	158,0	3,57	Недост.
	КГ	158	162	166	162,0	4,73	
Передачи «на ход»	ЭГ	4	3	4	3,67	0,59	Недост.
	КГ	3	4	4	3,67	0,59	
Длинные передачи	ЭГ	6	4	6	5,33	1,42	Недост.
	КГ	4	5	5	4,67	0,59	
Прострельные и навесные передачи в штрафную зону	ЭГ	10	7	6	7,67	2,37	Недост.
	КГ	8	5	6	6,33	1,78	
Ведение	ЭГ	20	18	19	19,0	1,18	Недост.
	КГ	18	20	17	18,33	1,78	

Обводка соперника	ЭГ	3	4	2	3	0,59	Недост.
	КГ	3	3	2	2,67	0,59	
Отбор мяча	ЭГ	3	2	3	2,67	0,59	Недост.
	КГ	4	3	2	3,0	1,18	
Перехват мяча (опе-режения)	ЭГ	6	7	5	6,33	1,21	Недост.
	КГ	7	5	6	5,67	1,02	
Единоборство за мяч внизу	ЭГ	6	6	4	5,33	1,18	Недост.
	КГ	5	4	6	5,0	1,18	
Единоборство за мяч вверху	ЭГ	2	3	0	1,67	1,78	Недост.
	КГ	2	2	1	1,67	0,59	
Игра головой	ЭГ	2	3	2	2,33	0,59	Недост.
	КГ	1	3	1	1,67	1,18	
Удары по воротам	ЭГ	8	9	7	8	1,34	Недост.
	КГ	6	8	7	7	1,38	
Потери мяча	ЭГ	23	20	18	20,33	3,81	Недост.
	КГ	21	26	25	24,0	2,96	

Таблица 7 – Показателям тактико-технической подготовленности команд экспериментальной и контрольной группы в конце эксперимента

Показатели ТТП	Группа	1 игра	2 игра	3 игра	$X_{ср.}$	σ	P
		Кол-во	Кол-во	Кол-во			
Короткие и средние передачи	ЭГ	157	165	173	165,0	9,47	Недост.
	КГ	158	162	166	162,0	4,73	
Передачи «на ход»	ЭГ	6	5	6	5,67	0,59	<0,05
	КГ	3	4	4	3,67	0,59	
Пас на «столба»	ЭГ	1	1	0	0,67	0,59	Недост.
	КГ	1	0	0	0,33	0,59	
Длинные передачи	ЭГ	6	7	6	6,33	0,59	<0,05
	КГ	4	5	5	4,67	0,59	
Прострельные и навесные передачи в штрафную зону	ЭГ	10	7	6	7,67	2,37	Недост.
	КГ	8	5	6	6,33	1,78	
Ведение	ЭГ	20	18	19	19,0	1,18	Недост.
	КГ	18	20	17	18,33	1,78	
Обводка соперника	ЭГ	5	4	4	4,33	0,59	<0,05

	КГ	3	3	2	2,67	0,59	
Отбор мяча	ЭГ	3	2	3	2,67	0,59	Недост.
	КГ	4	3	2	3,0	1,18	
Перехват мяча (опережения)	ЭГ	12	15	10	12,33	2,96	<0,05
	КГ	7	5	6	6,0	1,18	
Единоборство за мяч внизу	ЭГ	6	6	4	5,33	1,18	Недост.
	КГ	5	4	6	5,0	1,18	
Единоборство за мяч вверху	ЭГ	2	3	0	1,67	1,78	Недост.
	КГ	2	2	1	1,67	0,59	
Игра головой	ЭГ	2	3	2	2,33	0,59	Недост.
	КГ	1	3	1	1,67	1,18	
Удары по воротам	ЭГ	11	13	10	11,33	1,78	<0,05
	КГ	6	8	7	7,0	1,18	
Потери мяча	ЭГ	18	16	13	15,67	2,96	<0,05
	КГ	21	26	25	24,0	2,96	

Несмотря на то, что по некоторым показателям результаты различий недостоверны итоги педагогического эксперимента подтверждают эффективность использования разработанного комплекса упрощенных игр и игровых упражнений, направленного на повышение технико-тактической подготовки футболистов.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

1. Установлены существующие традиционные методы и средства технико-тактической подготовки юных футболистов, возрастные особенности показателей соревновательной и тренировочной разносторонности техники и тактики, выявлен ряд факторов, оказывающих влияние на успешность игровой и соревновательной деятельности юных спортсменов, рассмотрена возможность корректировки существующей методики технико-тактической подготовки на основе учета граничных значений тренировочного и соревновательного объемов тактических действий.

2. Разработан комплекс упрощенных игр и игровых упражнений для повышения эффективности технико-тактической подготовки юных футболистов, который заключается в новом алгоритме обучения спортсменов игровым действиям на основе моделирования игровых ситуаций различной степени сложности в упрощенных играх и с помощью игровых упражнений. Алгоритм обучения включает: последовательное выполнение «ориентировочных операций» действия; исполнительные операции занимающегося; пошаговый контроль освоения умений и навыков и дальнейшая коррекционная работа для повышения уровня подготовленности.

3. Доказана эффективность применения комплекса упрощенных игр и игровых упражнений для повышения уровня технико-тактической подготовленности футболистов 14-16 лет. По 6 показателям – передачи «на ход» (<0,05), длинные передачи (<0,05), обводка соперника(<0,05), перехват мяча (опережения) (<0,05), удары по воротам(<0,05), потери мяча(<0,05) – результаты различий достоверно отличаются у участников экспериментальной и контрольной группы, что подтверждает эффективность использования разработанного комплекса.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Адоян Г.А. Итоги прошедшего века или эволюция результативности футбола / Г.А. Адоян. – М.: Спутник 2004. – 54 с.
2. Александров Ю.А. Динамика некоторых показателей функционального состояния футболистов высшей лиги в круглогодичном цикле подготовки / Ю.А.Александров // Пути повышения эффективности подготовки спортсменов: Сб. трудов – Л.,1980. – С.123-126.
3. Андреев Футбол – твоя игра: Кн. Для учащихся сред. И ст. классов / С.Н. Андреев. – М.: Просвещение, 2008. – 144 с.
4. Афоньшин В.Е. Методика тренировки и оценки умения видеть игровое поле // В.Е.Афоньшин, Г.Л.Драндров, М.М.Полевщиков, В.В.Роженцов // Современные проблемы науки и образования. - 2015. - № 5. - С. 560.
5. Ашибоков М.Д. Футбол / М.Д.Ашибоков, А.И.Белоус, М.Н.Киржинов. – Майкоп: изд–во АГУ, 2005. – 28с.
6. Бобкова Е.Н. Возрастная динамика скоростных способностей мальчиков 11–18лет с учетом гармоничности их физического развития / Е.Н. Бобкова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2006. – № 4. – С.41.
7. Бутаев В. А. Влияние физической нагрузки на технику движений, требующих целевой точности: автореф. дис. . . . канд. пед. наук: 13.00.04 / В. А.Бутаев. – М., 1991. – 24 с.
8. Вайн Х. Как научиться играть в футбол: Школа технического мастерства для молодых. / пер. с итал. / Хорст Вайн. – М.: Терра–Спорт, Олимпия Пресс, 2004. – 244 с.
9. Верхошанский Прогнозирование и организация тренировочного процесса / Ю.В. Верхошанский. – М.: ФиС, 2005. – 176 с.
10. Германов Г.Н. Проектирование тренировочных заданий в учебных программах для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ, УОР / Г.Н.Германов, В.Г. Ники-

тушкин // Физическая культура: воспитание, образование, 50 рениировка. – 2006. – № 2. – С.8–13

11. Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок / М.А.Годик – М.: ФиС, 1995. – С 18.-19.

12. Голомазов С.В. Теория и методика футбола. Техника игры / С.В.Голомазов, Б.Г.Чирва. – М.: Спорт Академ Пресс, 2005. – 472 с.

13. Голомазов С.В. Тренировка вратаря / С.В.Голомазов, Б.Г.Чирова. – М.: РГАФК, 1996. – 203 с.

14. Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. Пер. с нем. В.П. Котелкина / К.Гриндлер. – М.: Физкультура и спорт, 1996. – 252с.

15. Дорошенко Э. Ю. Управление технико-тактической деятельностью в командных спортивных играх: монография / Э. Ю. Дорошенко. – Запорожье : ООО «ЛИПС» ЛТД, 2 013. – 436 с.

16. Драндров Г. Л. Совершенствование групповых тактических действий юных футболистов на основе применения игровых упражнений / Г. Л. Драндров, Р. В. Фаттахов. – Чебоксары : Чуваш. Гос. Пед. ун-т, 2011. – 113 с.

17. Драндров Г.Л. Обучение юных футболистов групповым тактическим действиям на основе формирования их обобщенной ориентировочной основы / Г.Л.Драндров, Ю.И.Краснов, Р.В.Фаттахов // Вестник Чувашского университета. - 2011. - № 4. - С. 205-212.

18. Золотарев А.П. Подготовка спортивного резерва в футболе / А.П.Золотарев. – Краснодар, 2007. – 76 с.

19. Золотарев А.П. Структура и содержание многолетней подготовки спортивного резерва в футболе: автореф. дис. … док. Пед. наук / А.П.Золотарев. – Краснодар, 1997. – 50 с.

20. Индивидуально–тактическая подготовка вратарей на основе активизации движений футболистов: автореф. дис… канд. пед. наук / С.Т.Хачатурян. – М., 2000. – 23 с.

21. Искусство подготовки высококлассных футболистов: Научно–методическое пособие / Под ред. Проф.Н.М. Люкшина. – М.: Советский спорт, – 2003. – 416 с.

22. Келлер В.С Некоторые психологические и тактические особенности соревновательной деятельности спортсменов / В.С.Келлер // Теория и практика физической культуры. – 1982.- №6.- С. 47-48.

23. Князьков А.С. Тактика как характеристика деятельности / Князьков А.С. // Деятельность правоохранительных органов в современных условиях: Материалы XVIII Международной научно-практической конференции, посвященной 20-летию образования института. – Москва, 2013. - С. 48-50.

24. Королева Е.П. Психолого-педагогический контроль в процессе генезиса специальных способностей в системе подготовки спортивных резервов: автореф. дисс. … д-ра пед. наук / Королева Татьяна Петровна; НГУ им. П.Ф. Лесгафта. – Санкт-Петербург, 2003. – 48 с.

25. Костюкевич В. тактические модели соревновательной деятельности в футболе / В. Костюкевич // Наука в олимпийском спорте. - 2017. - № 3. - С. 40-50.

26. Кубеков Э.А.М. Особенности и закономерности технико-тактической подготовки юных футболистов / Э.А.М. Кубеков, Э.Э. Кочкаров // Фундаментальные исследования. - 2015. - № 2-6. - С. 1310-1313.

27. Лалаков Г.С. Структура и содержание тренировочных нагрузок у футболистов различного возраста и квалификации / Г.С. Лалаков. – Омск, – 2004. – 83 с.

28. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет: Учебник для высших специальных физкультурных учебных заведений.3–е изд. / Л.П. Матвеев. – СПб.: Издательство «Лань», 2003. – 160 с.

29. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Учебник для институтов физ. культуры / Л.П. Матвеев. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.

30. Матвиенко А.И. Повышение уровня тактической подготовленности юных футболистов / А.И. Матвиенко // Вестник Полоцкого государственного университета. - 2011. - № 15. - С. 150-156.

31. Матвиенко А.И. Совершенствование структуры тактических действий у игроков профессиональных футбольных клубов в соревновательном процессе / А.И. Матвиенко // Вестник Полоцкого государственного университета. - 2013. - № 7. - С. 171-180.

32. Монаков Г.В. Подготовка футболистов: учебное пособие / Г. В.Монаков. – М., 2005. – 281 с.

33. Мукиан М. Все о тренировке юного футболиста: пер. с англ. / Майкл Мукиан, Дин Дьюрст. – М.: АСТ: Астрель, 2008. – XVIII – 235 с.

34. Овчаров А.О. Современные системы тренировки футболистов / А.О.Овчаров, С.Ю.Махов // Наука-2020. - 2017. - № 2 (13). - С. 57-61.

35. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать / Н.Г. Озолин. – М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ»,2002 – 864с.

36. Озолин Н.Г. Современная система спортивной тренировки. / Н.Г. Озолин. – М.: Физкультура и спорт, 2004. – 280 с.

37. Паломарес Э.М.Г. Соотношение технической оценки нападающих и защитников в категории юниоров и тактической схемы, принятой в футболе / Э.М.Г. Паломарес // Теория и практика физической культуры. – 2012. - № 3. – С. 82.

38. Петухов А.В. Футбол. / А.В. Петухов. – М.: Советский спорт, 2006. – 232 с.

39. Полишкис М.М. Тактическая подготовка футболистов детскоюношеской спортивной школы с учетом современных тенденций развития игры: автореф. дис. …канд.пед.наук. – Майкоп, 2011. – 24 с.

40. Рубин М.А. Как усилить командные взаимодействия в футболе / М.А. Рубин // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. - 2018. - № 1 (155). - С. 192-196.

41. Рубин М.А. Как усилить командные взаимодействия в футболе / М.А. Рубин, В.Н. Слепцов // Физическое воспитание и спортивная тренировка. - 2018. - № 1 (23). - С. 43-51.

42. Румянцев Н.А. Применение информационных технологий при обучении тактике игры в футбол / Н.А.Румянцев, М.Н. Царёв // Компьютерные инструменты в образовании. – 2009. - № 4. – С. 63-68.

43. Сальников В.А. Индивидуальные различия в системе спортивной деятельности / В.А.Сальников. – Омск: Изд–во СибАДИ, 2003. – 261 с.

44. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства: учеб. Для студ. Высш. Учеб. Заведений / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П.Савин. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. –400 с

45. Теория и методика физической культуры (курс лекций): Учебное пособие / Под ред. Ю.Ф. Курамшина, В.И. Попова. – СПб, 1999. – 324 с.

46. Тюленьков С.Ю. Теоретико-методические аспекты подготовки футболистов: учебное пособие / С.Ю.Тюленьков, В.П.Губа, А.В.Прохоров. – Смоленск, 1997. – 116с.

47. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для студ. Высш. Учебных заведений / Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов. – 8-е изд. Испр. И доп. – М.: Академия, 2010. – 480 с.

48. Шамардин А.И. Технология оптимизации функциональной подготовленности футболистов: автореф. дис… д-ра. Пед. наук / А.И. Шамардин. – М., 2000. – 50 с.

49. Шестков М.М. Индивидуализация учебно-тренировочного процесса в командных спортивных играх: автореф дис… канд. пед. наук / М.М. Шестков. – М., 1992. – 44 с.

50. Шукан В.И. Характеристика тактической деятельности по итогам евро-2016 / В.И. Шукан, Г.А. Рымашевский, Ю.К.Лукин // Физическое воспи-

тание и спорт в высших учебных заведениях сборник статей XIII международной научной конференции. - Беглород: Белгородский государственный технологический университет им. В.Г. Шухова, 2017. - С. 207-214.

Федеральное государственное автономное образовательное
учреждение высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Институт физической культуры, спорта и туризма
Кафедра теории и методики спортивных дисциплин

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой
_____ А.Ю. Близневский

«13» июня 2018 г.

БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА

49.03.01- Физическая культура

ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ КОМПЛЕКСА УПРОЩЕННЫХ ИГР И ИГРОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ В ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ ФУТБОЛИСТОВ 14-16 ЛЕТ

Руководитель _____ к.п.н., доцент С.Л. Садырин

Выпускник _____ В.Л. Андреев

Нормоконтролер _____ М.А. Рульковская

Красноярск 2018