

Министерство науки и высшего образования РФ
Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Институт физической культуры, спорта и туризма
Кафедра теоретических основ и менеджмента физической культуры и туризма

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой
_____ Н.В. Соболева

« ____ » _____ 2023 г.

БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА

49.03.01 Физическая культура

**ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ФУТБОЛИСТОВ 10-12 ЛЕТ
С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ИГРОВОГО МЕТОДА**

Руководитель _____ канд. пед. наук, доцент Е.Д. Шубина

Выпускник _____ В.С. Иконников

Нормоконтролер _____ М.В. Думчева

Красноярск 2023

РЕФЕРАТ

Выпускная квалификационная работа по теме «Технико-тактическая подготовка футболистов 10-12 лет с использованием игрового метода» содержит 55 страниц текста, 15 таблиц, 6 рисунков, список литературных источников состоит из 53 наименований.

ФУТБОЛ, ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА, ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА, КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ, ИГРОВОЙ МЕТОД, ВЕДЕНИЯ МЯЧА, УДАРЫ, ТАКТИЧЕСКИЕ КОМБИНАЦИИ.

Актуальность: особое внимание в подготовке футболистов в возрасте 10-12 лет необходимо уделять технико-тактической подготовке, используя современные методы тренировки. Применение игрового метода в упражнениях создает положительный эмоциональный фон и мотивацию футболистов.

Цель исследования: разработка и обоснование эффективности применения комплекса упражнений с использованием игрового метода в технико-тактической подготовке футболистов 10-12 лет.

Объект исследования: технико-тактическая подготовка футболистов 10-12 лет.

Предмет исследования: технико-тактическая подготовка футболистов 10-12 лет с использованием игрового метода.

Выводы: в ходе педагогического эксперимента доказано, что разработанный нами комплекс упражнений с использованием игрового метода, является эффективным. Его использование целесообразно в системе технико-тактической подготовки футболистов 10-12 лет как одного из лучших средств для улучшения результатов тренировочного процесса, лучшего усвоения технических компонентов и тактических комбинаций, так как они проходят в условиях приближенных к тем, которые будут непосредственно в самой игре.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	4
1 Теоретические основы технико-тактической подготовки футболистов 10-12 лет и использование игрового метода тренировки	7
1.1 Основы технической подготовки футболистов	7
1.2 Основы тактической подготовки футболистов.....	11
1.3 Использование игрового метода в тренировочном процессе футболистов	17
2 Организация и методы исследования	21
2.1 Организация исследования.....	21
2.2 Методы исследования.....	22
3 Использование игрового метода в повышении результатов технико-тактической подготовки футболистов 10-12 лет.....	24
3.1 Разработка комплекса упражнений технико-тактической подготовки с использованием игрового метода	24
3.2 Повышение технико-тактической подготовленности футболистов при применении игрового метода	33
Заключение	49
Список использованных источников	51

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность: на сегодняшний день футбол – это самый массовый, известный и коллективный вид спорта. В Российской Федерации футболом занимаются миллионы человек – и профессионалы, и любители, в каждом регионе нашей страны можно увидеть на площадках, полях и всех возможных местах играющих в футбол как взрослых, так и детей. Футбол – игра, которая проходит в сложной обстановке коллективной борьбы, в которой каждая команда прилагает невероятные старания и стремления, умения и навыки для достижения успеха [12]. Любой футболист, будь то профессионал или любитель, обязан владеть техническими и тактическими навыками, уметь применять их в условиях игры.

Двигательная деятельность футболиста невероятно многообразна, так как в футболе движения в игре характеризуется сложностью и постоянным изменением ситуации [7]. В футболе невероятно трудная техника игры. Ее сложность складывается из того, что все технические приемы приходится выполнять в очень упорной борьбе с соперником. Футболисту необходимы такие качества как точность движения, быстрота, ловкость и координация, функциональная готовность и отличная работа центральной нервной системы [4].

При постоянных тренировках футболисты всесторонне развиваются, учатся правильно использовать свое тело, юные футболисты привыкают к работе в коллективе, воспитывают дисциплинированность. Тренировки формируют правила поведения в коллективе, чувство единства и товарищества, волю и характер личности [5].

Юные футболисты должны уметь принимать решения в условиях очень ограниченного времени, выполнять разнообразные движения и быстро реагировать на изменения игровой ситуации. Особое внимание в подготовке футболистов в возрасте 10-12 лет необходимо уделять технико-тактической подготовке, использовать современные методы тренировки футболистов [10].

В таком возрасте очень хорошим методом подготовки футболистов будет считаться игровой метод тренировки, так как возраст еще совсем юный и использование строгорегламентированных, потоковых, круговых методов будет удручать и ухудшать эмоциональное состояние детей и эмоциональный фон всей тренировки, это будет отрицательно сказываться на эффективности выполнения упражнений и приводить к тому, что спортсмен будет приходить на тренировки без достаточной эмоциональной энергии и желания получать необходимые знания в тренировочном процессе, в таком возрасте необходимо больше игры в упражнениях и положительных эмоций для мотивации футболистов [14], поэтому актуальность темы бакалаврской работы «Технико-тактическая подготовка футболистов 10-12 лет с использованием игрового метода» не вызывает сомнений.

Объект исследования: технико-тактическая подготовка футболистов 10-12 лет.

Предмет исследования: технико-тактическая подготовка футболистов 10-12 лет с использованием игрового метода.

Цель исследования: разработка и обоснование эффективности применения комплекса упражнений с использованием игрового метода в технико-тактической подготовке футболистов 10-12 лет.

Задачи исследования:

1. Изучить технико-тактическую подготовку футболистов и игровой метод тренировки в специальной литературе.
2. Разработать комплекс упражнений с использованием игрового метода тренировки футболистов 10-12 лет.
3. Проверить и экспериментально доказать эффективность комплекса упражнений с использованием игрового метода тренировки футболистов 10-12 лет.

В работе использовались следующие **методы исследования:** теоретический анализ научной и учебно-методической литературы,

педагогическое тестирование, педагогический эксперимент, методы математической статистики.

Гипотеза исследования: предполагается, что использование экспериментального комплекса упражнений с использованием игрового метода тренировок повысит показатели технико-тактической подготовки футболистов 10-12 лет, если:

- в полной мере изучить теоретический и практический опыт по проведению технико-тактической подготовки футболистов 10-12 лет;

- охарактеризовать технико-тактические особенности футболистов 10-12 лет;

- разработать и применить комплекс упражнений, который будет способствовать повышению уровня технико-тактической подготовленности и в лучшей форме подготовит футболистов к условиям игры.

Структура выпускной квалификационной работы: работа состоит из введения, трех разделов, заключения, списка использованных источников. В работе содержится 6 рисунков, 15 таблиц. Список использованных источников представлен 53 наименованиями.

1 Теоретические основы технико-тактической подготовки футболистов 10-12 лет и использование игрового метода тренировки

1.1 Основы технической подготовки футболистов

Техника футбола — это совокупность изученных приемов во время тренировочной деятельности и применение их в игре в различных сочетаниях для достижения результата. То, насколько хорошо футболист владеет техническими навыками и всем многообразием технической подготовки, то, насколько эффективно и грамотно он применяет полученные навыки и в игре, в условиях борьбы и ограниченного времени, а также при прогрессирующем утомлении, определяет класс игрока и достижение результата и поставленной цели [33].

При обсуждении технической подготовки принято выделять 3 наиболее значимых критерия:

1. Объем и многообразие применяемых технических приемов в игре, а также их сочетание.
2. Эффективность, которая характеризуется как безошибочность и рациональность в применении технических приемов.
3. Надежность, которая определяется как постоянное и эффективное выполнение технических приемов.

За все время футбол очень много раз менялся, менялась и техника игры, появлялись новые способы и большое многообразие приемов. В современном футболе технические приемы одновременно и последовательно направлены на рациональную организацию игры. При этом у каждого футболиста своя техника игры, она зависит от двух факторов: телосложение и функциональные возможности. К телосложению относятся: рост, длина, пропорции тела, масса и ее распределение. К функциональному аспекту относятся: сила, ловкость, скорость, выносливость. Изучение и закрепление технических приемов должно проводиться по возможности в условиях, приближенных к игровым моментам [6]. Поэтому наиболее эффективным будет считаться изучение технических

приемов в движении, причем достаточно хорошо будут сочетать одни приемы с другими в виде определенных комбинаций. При изучении технического приема необходимо в первую очередь осваивать основные элементы изучаемых приемов [8]. При прогрессировании овладения основными элементами можно переходить к освоению деталей техники изучаемого приема. Обучение должно начинаться с правильного и ясного представления об изучаемом техническом приеме. Наиболее эффективным будет являться метод показа и рассказа. Тренер должен рассказать и объяснить, как надо правильно выполнять тот или иной прием. Затем занимающийся сам выполняет прием, после чего тренер указывает на ошибки при выполнении технического приема и объясняет, как можно их исправить. Существенное значение при обучении технике имеют формы организации этого процесса. На первом этапе групповое обучение должно доминировать над индивидуальным [25].

Наиболее целесообразным будет обучение начальным, простым и основным навыкам, к ним можно отнести: остановка мяча внутренней частью стопы, подошвой, прием мяча грудью, ведение мяча, удары мяча подъемом и внутренней частью стопы. При достаточном уровне овладения базовыми навыками можно будет переходить к более сложным техническим навыкам.

В возрасте 10-12 лет техническая подготовка имеет наиболее ключевое значение в подготовке футболистов, именно в этом возрасте происходит формирование всех основных технических навыков, которые будут использоваться игроком на протяжении всего футбольного пути.

В этом возрасте выделяют две фазы обучения, это первоначальное обучение, которое характеризуется как начальный этап обучения техническим приемам и его освоения в процессе тренировки. Вторая фаза, это уже углубленное обучение, что означает уже закрепление первоначальных изученных навыков, начинается процесс автоматизации навыка, например приему мяча внутренней частью стопы или ведения мяча [18].

Также стоит учитывать, что в футболе технику делят на два больших раздела, это техника игры вратаря и техника игры полевого игрока, по каждому

раздела следует выделить подразделы, в которых описывается техника передвижения и техника игры с мячом. В каждом подразделе выделяются определенные технические приемы, способы и разновидности выполнения, которые отличаются лишь некоторыми деталями.

Технику игры в футбол делят на общую, которой обязаны обладать все игроки, вне зависимости от занимаемого места в команде, и специальную, которую игрок использует с учетом его обязанностей в игре. Так, к примеру, исполнение технических способов центральным защитником имеет своеобразные отличительные черты в сравнении с исполнением приемов, применяемых нападающими. Имеется отличие в технике исполнения действий в нападении и защите. Любой футболист обязан владеть наибольшим количеством приемов и уметь подходяще использовать их в игре [19].

Основу футбола составляют стойки и перемещения (бег, прыжки, повороты, остановки). За игру футболист владеет мячом около трех минут, остальное время играет без мяча. Отмечая значимость техники игры без мяча, было бы ошибочно недооценивать ее значение. Высочайший уровень и ее правильное использование повышают класс спортсмена. Имея в виду постоянное развитие футбола, невозможно упускать из виду явления, кажущиеся иногда незначительными. Вследствие этого необходимо более подробно остановиться на движениях без мяча. На занятиях надо обращать внимание на правильные движения без мяча. Вместе с тем неправильно, ссылаясь на отдельные примеры, пробовать довести технику бега и прыжка футболиста до значения их выполнения легкоатлетами: это рвение может привести как раз к противоположному итогу. Особо не стоит требовать этого от опытных игроков с уже сформировавшейся техникой бега и прыжков [20].

Футбол, это очень быстрая и динамичная игра, в которой мяч постоянно находится в движении, чтобы им овладеть, игроку необходимо правильно научиться его останавливать, лучше всего для этого подходят остановка мяча подошвой и внутренней частью стопы, это наиболее эффективные приемы как для дальнейшего действия, так и для возможности контроля ситуации. Также мяч

можно останавливать головой, туловищем, но это уже относится к более сложным техническим приемам. Также стоит отметить передачи мяча как необходимый компонент технической подготовки. Передачи мяча – это своеобразные нити, которые связывают действия футболистов и превращают игру в единое целое, объединяют игроков на поле и всю команду в целом. Передачи определяют темп игры, саму суть игры команды, переходы из фазы обороны в фазу атаки. Немаловажным стоит отметить и качество передач, качество определяет точность и своевременность передачи, передачи мяча можно делать несколькими способами, внутренней частью стопы, такие передачи подходят для паса на небольшую дистанцию и передача мяча внутренней и средней частью подъема, такие передачи выполняются на среднюю и дальнюю дистанции [24].

Также к необходимым качествам следует отнести удар, главной задачей при обучении ударам является задача поставить удар, т.е. научить бить сильно и точно, из различных положений, а также научить дифференцировать силу удара по мере надобности. При ударах следует помнить такое правило: сначала посмотреть на цель, затем все внимание на мяч. Вначале следует обращать внимание на технику, затем на технику и точность, затем на технику, точность и силу. Для того чтобы удар получился сильным, необходимо, чтобы постановка опорной ноги перед ударом была быстрой, а в сам удар вложить скорость разбега, скорость движения маховой ноги, вес бьющей ноги и дополнительное движение всего тела. Тогда после удара, бьющая нога вместе с телом сохранит движение вперед в сторону удара и может возникнуть короткая безопорная фаза [22].

1.2 Основы тактической подготовки футболистов

Тактическая подготовка, это тренерско-педагогический процесс, который направлен на получения и достижения эффективности при применении технических приемов в процессе быстроменяющегося ритма игры и быстрых изменений игрового процесса с помощью тактических действий. Тактическая подготовка рассматривается шире, чем просто обучение тактики, так как можно невероятно хорошо изучить тактику, но при этом в определенных игровых моментах действовать с крайне низкой эффективностью. Даже если изучить все тактические действия как командные, так и индивидуальные, это все равно не приведет к достаточной эффективности в игре. При обучении тактике крайне важно добиваться единства как технической, так и тактической подготовки [34].

Если говорить простым языком, то тактическая подготовка, это решение поставленной задачи с помощью применения определенных комбинаций, именно комбинация, так как вся тактическая подготовка строится именно на применении различных комбинаций, как командных так и индивидуальных, но, для того, чтобы применять комбинации у игрока должна быть хорошая техническая подготовка, так как один не правильно выполненный технический прием может испортить всю комбинацию, именно поэтому следует всегда рассматривать технику вместе с тактикой и тактику вместе с техникой, одно не может быть отделено от другого в процессе подготовки [37].

Успешность тактических действий футболиста можно разделить на 3 пункта:

1. Это хороший уровень развитости внимания и его своевременного переключения, объема поля зрения, быстроту реакции, ориентированность, принятие быстрого решения, тактического мышления и грамотного, своевременного перемещения.

2. Под вторым пунктом следует надежность выполнения технических приемов как в определенном игровом моменте, так и в целом в течении всей игры.

3. И последний пункт, это объединение вышеперечисленных пунктов, которые выражаются в уровне владения индивидуальными навыками [36].

Исходя из этого, тактическую подготовку никак нельзя приравнять только к тактическому обучению. Основным успехом действий футболиста достигается при объединении таких качеств и способностей как, наблюдательность, быстрота реакции, мышления, способности оценивать игровую ситуацию и находить правильные и грамотные решения как с технической, так и с тактической точки зрения [35]. Можно сказать, что тактические действия, это форма организации определенных действий футболиста как индивидуально, так и командно в игровом процессе с сопротивлением соперника, это наиболее четко и в полной мере поможет воплотить те качества и умения, которые были достигнуты и разучены в процессе тренировочной деятельности. Рассмотрев тактическую подготовку с этой стороны, можно выделить несколько этапов:

Первый этап будет нацелен на развитие у юных футболистов необходимых качеств и способностей, которые будут составлять основу успеха при применении тактических действий и вариаций.

Не будет большим открытием тот факт, что тактика команды складывается и воплощается прежде всего с помощью применения грамотных и верных индивидуальных действий футболиста. Отталкиваясь от того, можно считать, что индивидуализированные тактической подготовки это не только средство тактической подготовки, но и первый этап обучения тактическим навыкам. Именно после этого тренер должен переходить к обучению командных тактических действий, эффективным методом подготовки тут будет считать игровой, так как при игровом методе проявляется в наиболее высшей мере такие качества как быстрота реакции, ориентирования, быстрота ответной реакции, сообразительность, наблюдательность, переключение с одного действия на другое. И благоприятнее всего, это развивается именно в детском возрасте в период 8-12 лет [20].

Второй этап представляет собой формирование тактических умений в тренировочном процессе при обучении техническим приемам. Тренировочный

процесс необходимо построить так, чтобы было единство техники и тактики, достичь этого можно следующими способами:

1. По мере развития навыков у футболиста и овладение техническими приемами, нужно соединять их со способностями и качествами, которые влияют на успех тактических действий.

2. Во время этапа изучения приема в сложных ситуациях следует применять систему упражнений, которая будет способствовать формированию тактических умений [23].

Именно так мы сможем помочь в развитии тактических умений и технических качеств юных футболистов. Все это будет выражаться в том, что, тренировочный процесс будет протекать монолитно, целенаправленно и те часы, которые даны для тренировочной сессии будут наиболее грамотным образом использованы и послужат наилучшей подготовки футболистов. В тех случаях, когда процесс технической подготовки протекает исключительно по принципу “техника для техники”, даже достаточно технически подготовленные игроки из состава команды не могут подчас выполнить в игре простых тактических взаимодействий [14]. Для того чтобы составить процесс технической подготовки эффективным, нужно обязательно, каждому игроку пояснить роль технических элементов в применении тактических действий.

Тренировку в технике надо по возможности вести по разновидностям встречающихся в практике тактических вариантов, чтобы тренирующиеся сумели неоднократно попробовать применять определенные технические элементы, давая им тактическое содержание. Это повысит практические результаты тренировочного процесса [21].

Развитию тактической грамотности способствует также обмен опытом с командами более высокого класса с помощью совместных тренировок. Очень полезны для юношеских команд совместные тренировки с взрослыми футболистами. На таких тренировках юноши получают возможность не только ознакомиться в действительности с различными тактическими приемами, но и видеть их, воспринимать и применять на практике. Также стоит отметить, что

немаловажным будет и тот факт, что успех в освоении тактических навыков приходит к тому, кто получает хорошую подготовку в теории. Юному футболисту необходимо знать основные системы игры и их варианты:

1. функции игроков определенных амплуа в команде;
2. взаимодействия игроков в разных фазах матча;
3. характер воздействия объективных условий на ход игры и возможность использования внешних факторов в интересах команды [44].

Обучение футболиста начинается с объяснения основ правил футбольной игры, практическое овладение которыми продолжается в ходе выполнения игровых упражнений и во время тренировочных игр [49]. Затем следует теоретическая подготовка с изучением индивидуальной и групповой тактики игры в обороне и атаке. Каждое теоретическое занятие должно иметь конкретные цели и задачи. Все изучаемое в теории должно закрепляться в последующих занятиях на практике. Основные методы обучения тактике:

1. Метод упражнения (многократное повторение разучиваемых и знакомых упражнений).
2. Метод демонстрации и показа.
3. Метод слова.
4. Целостный и расчлененный (прежде чем перейти к тактическим действиям в целом, осваивают основные части каждого. К целостному методу прибегают обычно для закрепления и совершенствования тактических действий).
5. Анализ видеоматериалов по тактике.
6. Анализ своих действий и действий соперника [51].

На начальном этапе овладения тактикой быстрота сложных реакций, ориентировка и сообразительность развиваются у футболистов преимущественно в процессе физической и технической подготовки. Для этого в упражнения вводят дополнительные условия:

— применяют звуковую и зрительную сигнализацию (чтобы игроки могли быстро изменять те или иные действия с мячом и без мяча);

- увеличивают число мячей, предметных ориентиров и ограничителей;
- обучают более сложным перемещениям, в которых смену мест занимающихся проводят в зависимости от направления действий партнера;
- применяют активное и пассивное сопротивление условного противника [48].

Особо важным стоит отметить то, чтобы дополнительные условия и усложнения не сказывались отрицательно на развитии физических качеств или на формировании двигательных навыков, лежащих в основе технических приемов. Например, можно выполнять упражнение в таких условиях, когда футболист должен одновременно выбирать момент для начала действий и определять направление удара или вести мяч в зависимости от расположения и перемещения партнер [42].

В процессе тренировочной деятельности, необходимо всегда повышать и усложнять элементы тренировки для того, чтобы непрерывно проходило развитие гибкости мышления. Для этого можно добавлять одного или двух соперников для оказывания давления на футболиста во время выполнения действия, тем самым усложняя ситуацию для успешного выполнения необходимой задачи. Для улучшения взаимодействия с партнерами можно использовать следующие упражнения:

1. Взаимодействия двух или трех игроков без смены и со сменой мест на поле, без сопротивления со стороны соперника.
2. Точно такое же упражнение, но уже с условным соперником, наиболее лучшим вариантом, будет использование манекена.
3. То же самое упражнение, но уже с соперником, который будет оказывать необходимое давление на игроков.
4. То же упражнение, но уже с усложненным заданием, например ограничить число касаний мяча или времени владения мяча [40].

Также необходимо будет уделять внимание воспитанию умения быстро переключать внимание с одного движения на другое, от технического приема нападения, к техническому приему защитного действия, от одних тактических действий, к другим. Приступая к изучению командных тактических

действий, нужно объяснить расстановку игроков и функции каждого из них. На первых учебных играх тренеры не ставят сложных задач. Важно, чтобы занимающиеся играли на своих местах и не увлекались игрой с мячом [45].

Главное средство овладения командными действиями — двусторонняя игра. Именно она развивает правильное тактическое мышление. Но тренер должен руководить игрой, не допускать, чтобы она протекала стихийно. Двусторонней игре должна предшествовать предварительная беседа тренера с игроками, в ходе которой находят применение макет поля, схемы, рисунки и т.п. [13]. Игроки, звенья, линии и команда в целом получают конкретные задания. Тренер может сам судить игру, делая футболистам замечания по ходу ее, или предоставить это право помощнику.

При проведении двусторонней игры следует избегать частых остановок. Останавливать игру необходимо лишь тогда, когда надо сделать общие указания игрокам или повторить комбинацию. Предпочтительнее делать замечания, не останавливая хода игры [41].

При тактической подготовке следует уделять внимание и функциям игроков на поле, организованность команды в различных фазах игры достигается путем четкого распределения функций и ролей каждого игрока. Юных футболистов необходимо научить находится на определенных местах и действиях на ограниченном участке поля, основным критерием для определения места на поле служит оценка тренера игрока по возможностям и навыкам. Игрок должен в течении всей игры находить наиболее эффективные способы решения необходимой задачи в постоянно меняющихся условиях игры и неожиданно возникающих игровых моментов. Тактические действия можно разделить на следующие способы:

1. Ситуационная оценка игрового момента.
2. Выбор и принятие определенного решения.
3. Применение наиболее верного и целесообразного перемещения и технического приема в игровом моменте [50].

1.3 Использование игрового метода в тренировочном процессе футболистов

В тренировочном процессе футболистов игровой метод представлен собой в виде выполнения упражнений в игровой форме, которые имеют общие и характерные признаки для игровой деятельности, но тем не менее отличаются друг от друга [52]. Компоненты игровой деятельности взаимодействуют с обучением и благодаря этому считаются более привлекательными для детей. Роль в игровом упражнении оказывает на футболиста стимулирующее влияние на выполнение игрового действия, тем самым побуждая в нем интерес этого упражнения [18].

Игровой метод в тренировочном процессе можно разделить на следующие пункты:

- *Сюжетно-ролевая основа.* Футболисты находятся в условии игры, каждый игрок получает свою роль, которая близка к той роли, которая будет у игрока на поле во время игры.

- *Отсутствие жесткой регламентации действий, вероятностные условия их выполнения, широкие возможности для самостоятельного проявления творческих начал.* Выделяются лишь правила игрового упражнения и общие линии поведения играющих, не выделяется жестких ограничивающих форм и действия игрока; допускается возможность широкого выбора и комбинирования способов достижения игровых целей, вытекает самостоятельная импровизация занимающихся в соответствии с условиями.

- *Моделирование эмоционально насыщенных межличностных и межгрупповых отношений.* В большинстве игр выделяются яркие человеческие взаимоотношения, сотрудничества, взаимопомощи, взаимовыручки, но и соперничества, противоборства.

- *Особенности регулирования воздействующих факторов,* игровой метод не предоставляет тех возможностей для точной реализации заранее намеченной программы действий и нормирования их влияния на занимающихся, какие имеются в методах строго регламентированного упражнения [3].

Рассмотрение вопроса о более глубоком изучении и педагогической оценке игровых упражнений, как средства в процессе подготовки футболиста возник достаточно давно, однако в последнее время с учетом быстро меняющихся подходов и тенденций к обучению и планированию тренировочной деятельности существенно выросла актуальность этого вопроса, это обуславливается тем, что игровые упражнения часто недооцениваются в подготовке юных футболистов и не занимают в системе тренировочного процесса должного места [39].

В совокупности с решением общих задач, как повышение эмоционального характера, снятие напряжения, улучшения общей физической подготовки, игровые упражнения стоит отнести к целесообразным способам для решения специальных задач в тренировочном процессе [15]. В условиях быстроменяющихся игровых моментов и игрового ритма, никакие другие средства нельзя считать как полное моделирование характерной для футбола динамического изменения внешних ситуаций на фоне постоянно меняющегося эмоционального состояния футболистов, это является достаточно необходимым условием реализации важного принципа спортивной подготовки – принципа соответствия [53].

При рассмотрении игрового метода стоит рассмотреть мнения авторов о роли игровых упражнений в тренировочном процессе при подготовке юных футболистов.

Б.Я. Цирик отметил, что пришел долгожданный момент объединить и сделать систематизированным средства игрового характера. Это очень хорошо скажется на тренировочной деятельности футболистов [31].

Немецкие специалисты Х.Штуденер и В.Вольф делятся тем, что в процессе тренировки юных футболистов необходимо в большой доле использовать эмоциональные факторы. Упражнения в беге с мячом настолько доставляют радость футболиста, что недооценивать этого нельзя. Юные футболисты охотно занимаются с мячом и получают невероятные эмоции от тренировочной деятельности. Для этого просто необходимо создать на тренировке такие условия, в которых преобладал бы игровой элемент [32].

Сучилин А.А. отмечает, что одним из основных средств обучения и тренировки являются физические упражнения активного двигательного характера, под действием которых происходит формирование навыков и умений. Подбираются они по их преимущественному воздействию. Большое значение тут имеют игровые упражнения в учебно-тренировочном процессе. Игровые упражнения в футболе, развивая организм, увеличивают его функциональные возможности и в результате создают состояние тренированности. Применение игровых упражнений занимает большую часть тренировки. По своему характеру они приближаются к условиям игровых моментов [27].

Б.Я. Цирик указывает, что такие упражнения, нарушают монотонность тренировочного процесса, дают замечательный эффект. Помогают провести занятие с необходимой нагрузкой, но и делают его эмоциональным, занимающиеся ждут тренировок и с удовольствием, думают о предстоящих тренировках, просят включить то или иное упражнение в тренировку сами [30].

З.К. Ахмеров, Е.М. Геллер, Г.Л. Островский выделяют применение специальных игровых упражнений, динамически соответствующих двигательной деятельности футболистов, в наиболее эффективный компонент тренировочной деятельности, который будет способствовать решению задач не только общей, но и специальной физической подготовки [3].

В.М.Коротков утверждает, что спортсмены учатся сами распоряжаться своими силами и возможностями, многие игровые упражнения требуют строгого соблюдения правил, что в свою очередь приводит к формированию дисциплины [17].

Н. Рогальский и З.Г. Дегель выделяют игровую методику в процессе подготовки юных футболистов в техническом компоненте должна занимать ведущее место. Это способствует наиболее быстрому росту технического мастерства футболистов [24].

По мнению А.П.Лаптева и А.А.Сучилина игровые упражнения, это основа овладения техникой юными футболистами. С ее помощью футболисты с наилучшей стороны усваивают упражнения. У юных футболистов вырабатываются прочные навыки выполнения всего многообразия технических

действий и формируются умения комплексно и эффективно применять эти навыки в условиях игры [18].

С.Н.Андреев указывает, в игровых упражнениях занимающиеся овладевают техникой и тактикой игры. Применяются игровые упражнения, включающие в себя элементы техники, их состояние, индивидуальные и командные действия. Начиная от простейших комбинаций, разыгрываемых двумя-тремя и более игроками, и кончая тактическими системами игры, в учебно-тренировочные занятия с юными футболистами следует включать упражнения по тактике [2].

А.С. Романов и И.А. Алёшков выделяют игровые упражнения как способствующие грамотному формированию игровых двигательных навыков, так как они выполняются в условиях сопротивления с реальным соперником, что в свою очередь приближает такие игровые упражнения к реальным игровым ситуациям [25].

Таким образом можно сказать, что технико-тактическая подготовка важна именно в едином целом, нельзя тренировать одно без другого, так как это будет не эффективным и не правильным подходом в технико-тактической подготовки футболистов, построение тренировочного процесса в объединяющей форме как технических элементов, так и тактических комбинацией даст наилучший результат в подготовке футболистов. Игровой метод позволит усвоить это в наилучшей форме и придаст футболистам мотивации к достижению и показу наилучшего результата, игровой метод тренировки позволит футболистам раскрыть свои возможности и в лучшей форме подготовит их к игровому процессу.

2 Организация и методы исследования

2.1 Организация исследования

Исследование проводилось в несколько этапов с февраля 2023 года по июнь 2023 года. Исследование проводилось на базе Академии спорта «ЯЧемпион» в городе Красноярск. В исследовании принимали участие футболисты 10-12 лет в количестве 16 человек, 8 в экспериментальной и 8 в контрольной группе.

Первый этап исследования (февраль-март 2023г.) включал в себя изучение научной и научно-методической литературы, в результате чего было выявлено состояние изучаемого вопроса и сформулирована тема исследования, определены основные положения работы, а также подобраны методы исследования и проведен сбор информации для дальнейшего исследования.

На **втором** (март-апрель 2023 года) проводилось педагогическое тестирование футболистов, а также были определены контрольная и экспериментальные группы.

На **третьем этапе** (апрель – май 2023 года) проводился педагогический эксперимент. В педагогическом эксперименте принимали участие две группы юношей, занимающихся в академии спорта. экспериментальная группа приступили к работе по предложенному нами методу, а контрольная группа продолжили заниматься по ранее используемой программе подготовки. Необходимо уточнить, что КГ и ЭГ не были разделены на отдельные занятия, они как занимались до эксперимента вместе, так и продолжили, просто поменяли методы тренировки в тренировочном процессе у ЭГ.

На **четвёртом этапе** (июнь 2023 года) проводилось обобщение полученных результатов, подведение итогов и оформление работы.

Перед началом эксперимента мы провели организационное собрание с футболистами, где рассказали, чем будут заниматься ребята и пожелали успешных и плодотворных занятий.

2.2 Методы исследования

1. Анализ научной и учебно-методической литературы.
2. Педагогическое тестирование.
3. Педагогический эксперимент.
4. Методы математической статистики.

Анализ научной и учебно-методической литературы – это наиболее доступный и в то же время трудоемкий метод исследования, так как он требует от исполнителя высокой работоспособности и умения критически оценивать прочитанное с учетом избранной темы исследования. Требует навыков работы с литературой: умения делать выписки, конспектировать, группировать материал в соответствии с планом работы. Изучение литературы необходимо для более четкого представления методологии исследования и определения общих теоретических позиций.

Педагогическое тестирование – это форма измерения навыков футболистов, основанная на применении педагогических тестов. Включает в себя подготовку тестов, проведение тестирования и последующую обработку результатов, которая дает оценку обученности тестируемых.

Педагогический эксперимент – это специальная организация педагогической деятельности с целью проверки и обоснования заранее разработанных теоретических предположений, гипотез.

Метод математической статистики – это математические приемы, формулы, способы количественных расчетов, с помощью которых количественные показатели, получаемые в ходе эксперимента, можно обобщать, приводить в систему, выявляя скрытые в них закономерности.

Обработка результатов исследования проводилась по основным статистическим параметрам, а именно:

1. Вычисление средней арифметической величины (\bar{x}) – характеризует среднее значение выборочной совокупности, ее групповые свойства. Среднее арифметическое можно найти по формуле

$$\bar{x} = \frac{\sum x_i}{n}, \quad (1)$$

где x_i – результат выборки, n – количество выборок.

2. Вычисление дисперсии (D) – средний квадрат отклонения значений признака от среднего арифметического. Вычисляется по формуле

$$D = \frac{\sum x_i^2 - \frac{(\sum x)^2}{n}}{n-1}, \quad (2)$$

где x_i – результат выборки, n – количество выборок.

3. Вычисление стандартного отклонения (σ) – корень квадратный из дисперсии, формула приведена ниже.

–

$$\sigma = \sqrt{D}, \text{ где } D \text{ – дисперсия.} \quad (3)$$

4. Вычисление стандартной ошибки среднего арифметического. Стандартная ошибка средней арифметической характеризует степень отклонения выборочной средней арифметической от средней арифметической генеральной совокупности.

$$m = \frac{\sigma}{\sqrt{n-1}}, \quad (4)$$

где σ – стандартное отклонение, n – количество выборок.

5. Достоверность различий (p) определялась по t-критерию Стьюдента при уровне значимости 5%.

3 Использование игрового метода в повышении результатов технико-тактической подготовки футболистов 10-12 лет

3.1 Разработка комплекса упражнений технико-тактической подготовки с использованием игрового метода

Разработка упражнений на основании игрового метода необходима тем, что в данном возрасте очень хорошим методом подготовки футболистов будет считаться игровой метод тренировки, так как возраст еще совсем юный и использование строго регламентированных, потоковых, круговых методов будет удручать и ухудшать эмоциональное состояние детей и эмоциональный фон всей тренировки.

Это будет отрицательно сказываться на эффективности выполнения упражнений и приводить к тому, что спортсмен будет приходить на тренировки без достаточной эмоциональной энергии и желания получать необходимые знания в тренировочном процессе, в таком возрасте необходимо больше игры в упражнениях и положительных эмоций для мотивации футболистов.

Для проведения тренировочного процесса с футболистами 10-12 лет в академии спорта в экспериментальной группе нами был разработан комплекс упражнения на основании игрового метода тренировок, в котором большое внимание уделялось формированию умений игровых действий в футболе. На тренировках использовались различные упражнения для формирования и закрепления навыков.

Основной формой тренировочного процесса были тренировки в футбольном манеже. В ходе тренировки ставились задачи обучения и овладение техническими и тактическими навыками.

Тренировочные мероприятия проводились 3 раза в неделю по 1,5 час. В экспериментальную группу входило 8 футболистов, в контрольную группу входило также 8 футболистов.

Тренировочные мероприятия были структурированы и состояли из трех частей: подготовительной, основной, заключительной.

Подготовительная часть состояла из разминки и общеразвивающих упражнения для разогрева опорно-двигательного аппарата и подготовка организма к тренировочной сессии.

Основная часть была основана на выполнении технических и тактических элементов: ведение мяча по прямой, ведение мяча между стоек, передачи мяча на расстоянии 15 метров в течении 30 секунд, удары по воротам, тактическая комбинация «1 в 1», тактическая комбинация «2 в 1».

Заключительная часть состояла из заминки, восстановительных мероприятий, подведения итогов и разбора ошибочных действий во время выполнения технических и тактических элементов.

В экспериментальной группе тренировки проходили с использованием игрового метода, в каждом упражнении, 8 футболистов, задействованных в экспериментальной группе, делились на 2 команды для выполнения упражнения.

Все элементы были распределены на следующие группы: технические и тактические.

Перед началом педагогического эксперимента футболисты проходят тестирование в общей группе, после получения результатов происходит разделение на группы, экспериментальную и контрольную. При проведении тренировочных мероприятий с использованием игрового метода ЭГ делилась на две команды по 4 человека.

Первым элементом выполнялись технические действия.

1. ВЕДЕНИЕ МЯЧА.

1.1 Ведения мяча – это технический элемент необходимый для продвижения мяча футболистом путем многократного касания ногами.

В начале педагогического эксперимента ЭГ и КГ выполнили в едином порядке данное упражнение, после чего ЭГ начала выполнять упражнение

предложенным нами методом, а КГ продолжала выполнять упражнение в той же формации, в которой и выполняла.

Описание упражнения:

Две команды находятся на фишках, обозначающих старт, на против них, на расстоянии 15 метров находится линия, за которую необходимо завести мяч, кто быстрее завел мяч получает 1 бал для своей команды.

Результатом упражнения было замеренное время выполнение упражнения.

Для ознакомления с упражнением предлагаем ознакомиться с рисунком 1.

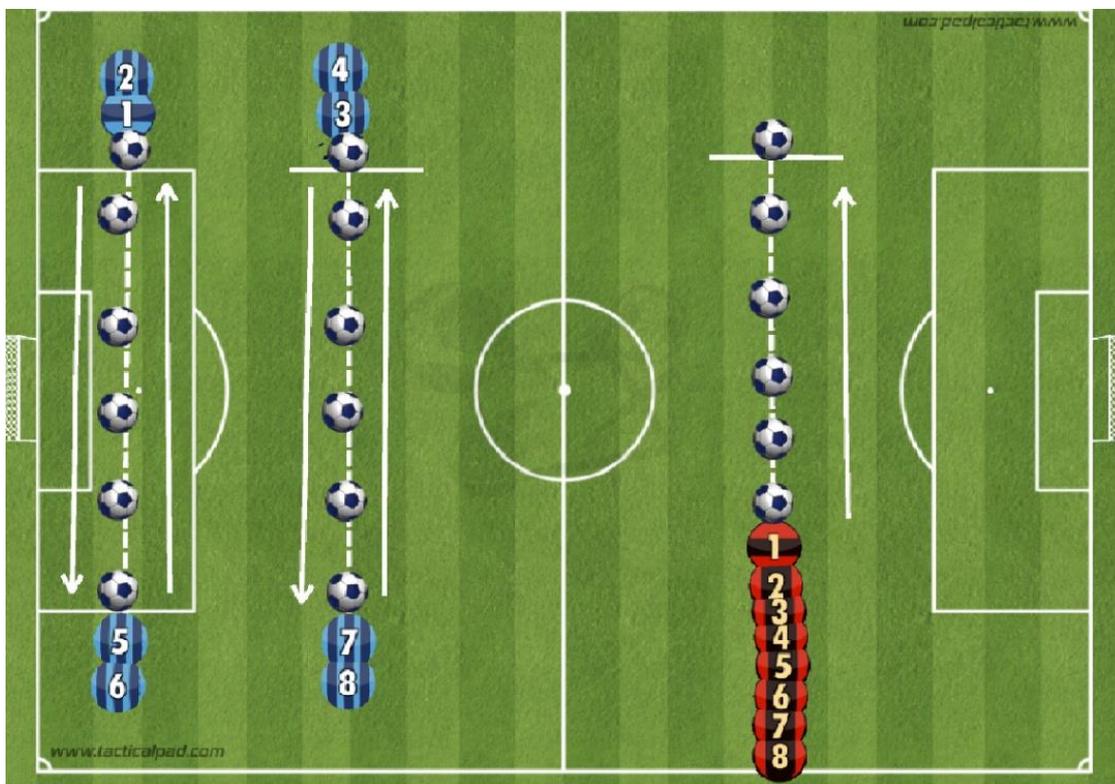


Рисунок 1 – Ведение мяча по прямой

1.2 Ведение мяча между стоек – технический элемент направлен на ведение мяча с изменением направления.

Описание упражнения:

Футболисты ЭГ (синий цвет) разделяются на две команды по 4 человека, напротив каждой команды находится по 6 стоек на расстоянии 2 метров, задача

игрока пройти все стойки и поставить мяч за линию, кто быстрее выполнил упражнение зарабатывает 1 балл для своей команды. Игроки КГ (красный цвет), выполняют упражнение потоком.

Результатом упражнения было замеренное время выполнения упражнения.

Для лучшего восприятия упражнения предлагаем посмотреть на рисунок

2.

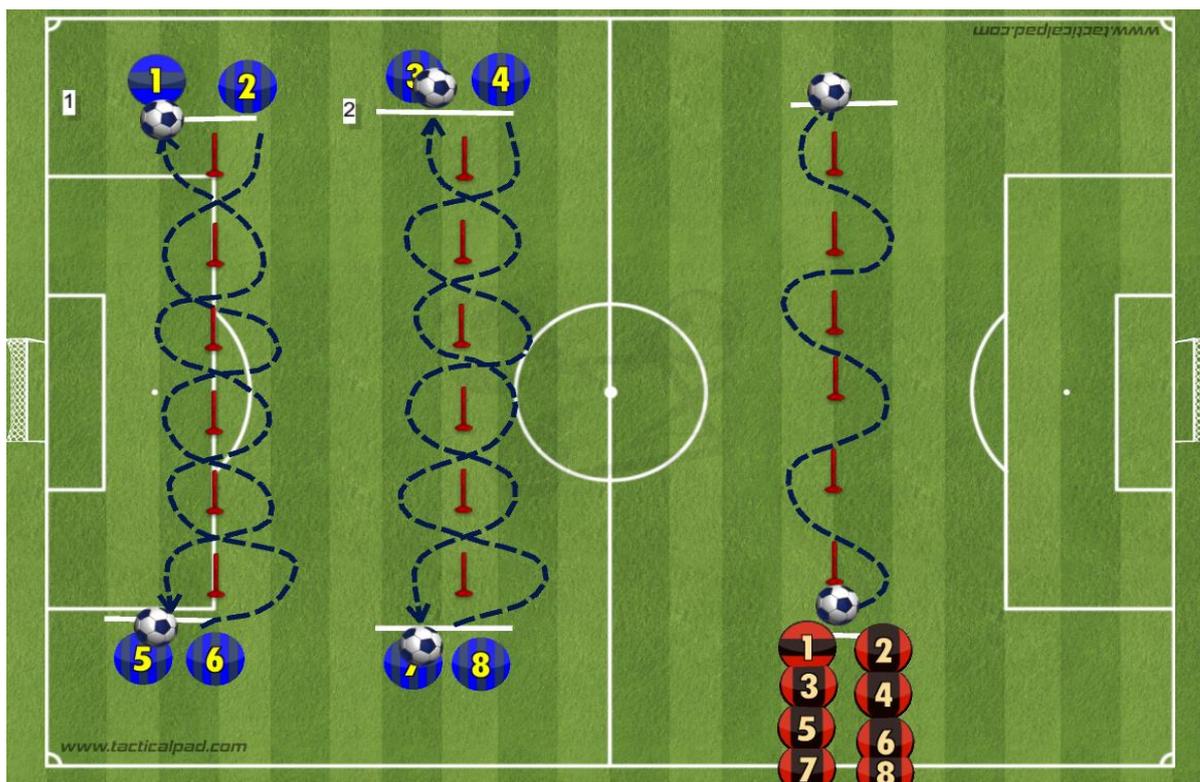


Рисунок 2 – Ведение мяча между стоек

2. ПЕРЕДАЧА МЯЧА.

2.1 Передача мяча (пас) – целенаправленная передача мяча от одного игрока команды другому игроку этой же команды.

Описание упражнения:

Передачи мяча выполнялись в парах, передачи было необходимо выполнить в два касания, первым касанием необходимо остановить мяч, вторым касанием нужно отдать точную передачу. Футболисты ЭГ (синий цвет) разделены на две команды по 4 человека на расстоянии 15 метров друг от друга,

задача игроков выполнить максимальное количество точных передач в течении 30 секунд, после завершения 30 секунд, команда которая выполнила большее количество точных передач зарабатывает 1 балл. Футболисты КГ (красный цвет) выполняли упражнение в привычной форме.

Результатом упражнения было количество точных передач.

Для ознакомления с упражнением посмотрим на рисунок 3.

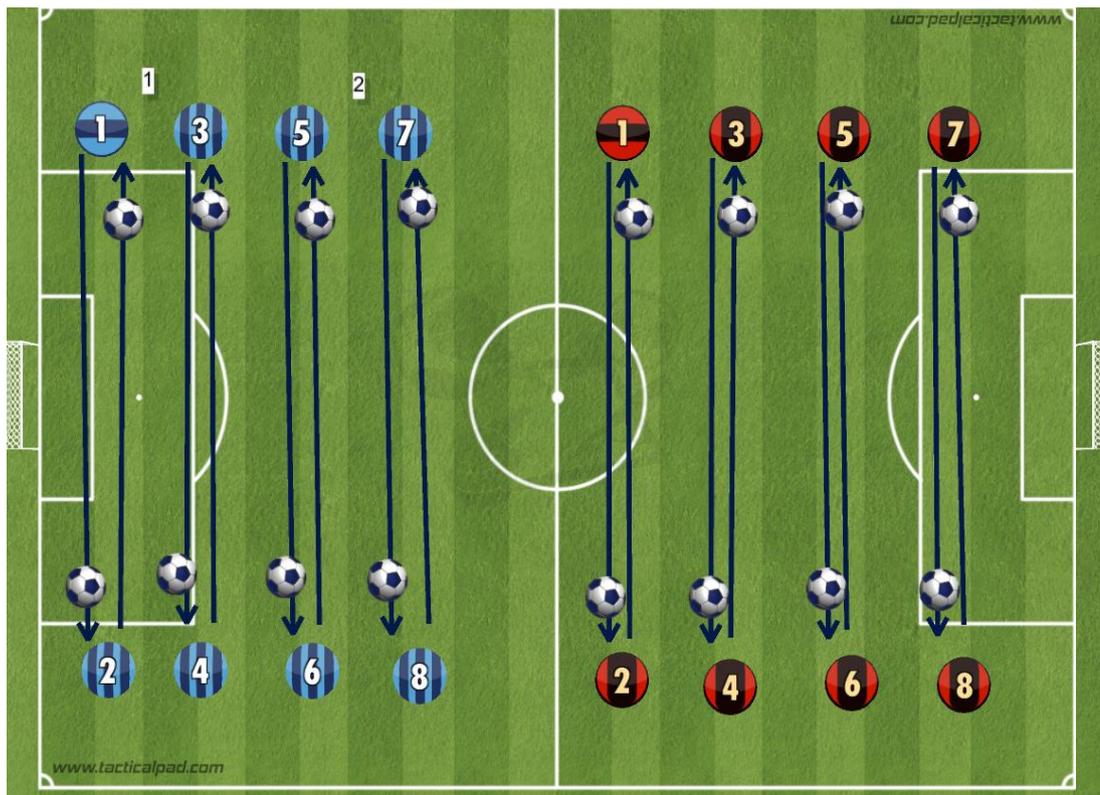


Рисунок 3 – Передачи мяча

3. УДАРЫ ПО ВОРОТАМ

3.1 Удары по воротам- удары наносимые частями тела в большей степени ногой без использования рук, для поражения ворот, основной способ для реализации моментов и забивания голов.

Описание упражнения:

Футболисты ЭГ расположены на одной половине поля, футболисты КГ расположена на другой половине поля, в ЭГ футболисты разделены на две команды и выполняют задание в игровой форме. Задача футболистов ЭГ вести

мяч рядом с фишками сделать плавный поворот по направлению фишек и забить мяч в ворота от белой линии, кто забил, тот приносит своей команде 1 балл, кто не попал в ворота получает 0 баллов, после 10 минут упражнения игроки меняются местами, команда 1 переходит на место команды 2, соответственно команда 2 переходит на место команды 1, побеждает та команда, которая забила больше всего голов. Количество баллов равно количеству голов. Футболисты КГ выполняют тоже задание только без деления на команды и изменения метода тренировки. Футболисты КГ после 10 минут переходят на другую сторону и продолжают выполнять задание в привычной форме.

Для более детального ознакомления с упражнением рассмотрим рисунок 4.

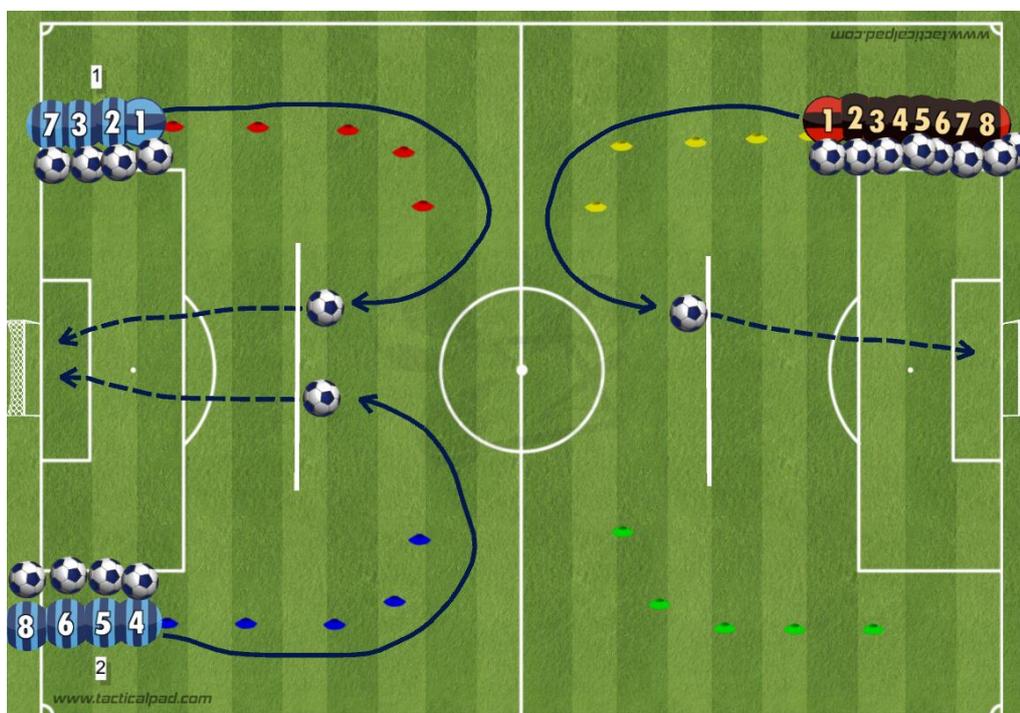


Рисунок 4 – Удары по воротам

Завершив рассмотрение упражнений для технической подготовки, переходим к рассмотрению тактических комбинаций. Первой тактической комбинацией будет являться упражнение «1 в 1».

Описание упражнения:

В данной комбинации действуют два игрока, один защитник, другой нападающий, задача нападающего забить гол, задача защитника забрать мяч.

ЭГ выполняла упражнение в игровой форме, группа была поделена на 2 команды, нападающему необходимо обыграть защитника и забить гол в большие ворота, защитнику необходимо забрать мяч и забить в маленькие ворота. Команда 1 была защитниками, команда 2 нападающими, если нападающий обыграл игрока и забил гол, его команда зарабатывает 1 балл, если защитник отобрал мяч и забил гол в маленькие ворота, то уже команда защитника зарабатывает 1 балл, после завершения комбинации, игроки меняются в каждой команде. Затем команды меняются ролями. В конце упражнения подсчитываем количество баллов, чья команда набрала большее количество баллов, та и победила. В КГ было задание в привычной потоковой форме, также был нападающий и защитник, задача нападающего не меняется, задача защитника состоит только в отборе мяча, если защитник забрал мяч, или нападающий не забил гол, либо мяч ушел в аут, то они меняются местами и задание начинается точно также, после этого оба игрока меняются с другими игроками.

Для детального изучения упражнения посмотрим на рисунок 5.

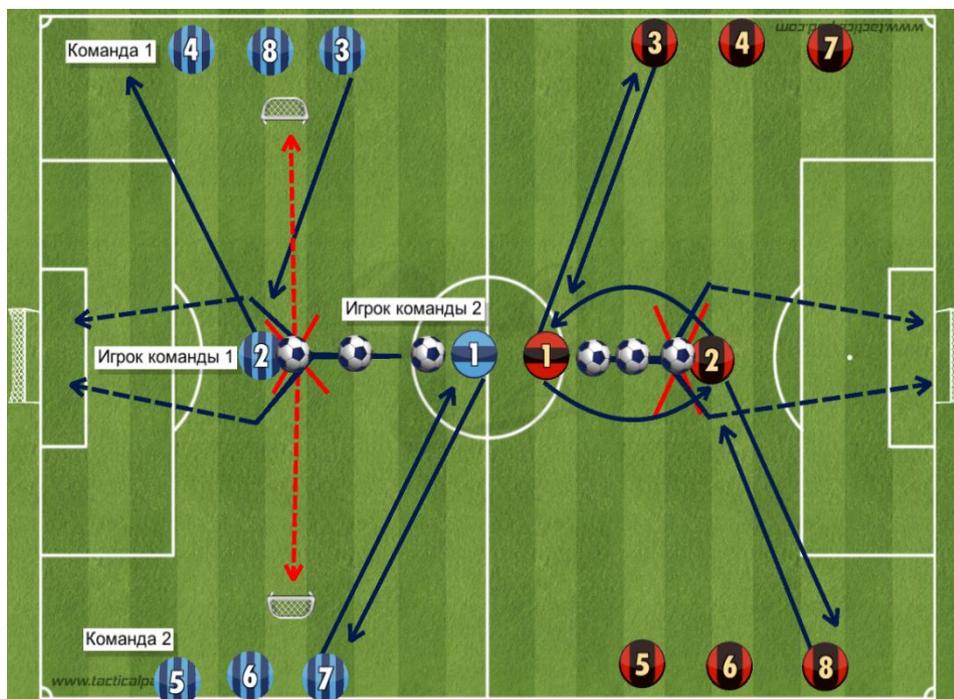


Рисунок 5 – Тактическая комбинация «1 в 1»

Переходим к следующей тактической комбинации «2 в 1», эта комбинация предполагает расположение уже 2 нападающих и одного защитника. Направлена на улучшения взаимодействия между игроками, понимание структуры комбинационной игры при розыгрыше.

Описание упражнения:

В ЭГ было определено две команды по 4 человека, команда 1 была в роли нападающих, команда 2 в роли защитников. Задача команды 1 заключалась в розыгрыше комбинации без строго регламентированных ограничений, то есть игроки не имели определенных ограничений, могли разыгрывать мяч в свободной форме, двигаться в различных направлениях, целью команды являлось забить гол, 1 гол равнялся 1 баллу, задачей команды 2 было защитить ворота, забрать мяч и забить в маленькие ворота, если игрок команды 2 при отборе забил гол в маленькие ворота, то его команда также получает 1 балл.

Команда, набравшая к концу упражнения больше всего баллов, считалась победившей. В КГ игроки выполняли упражнение в строго регламентированной форме, то есть, игрок отдавший пас, должен был двигаться в штрафную площадь для получения мяча и забить гол, игрок получивший мяч, должен был отдать пас игроку, находившемуся в штрафной площади на дальней штанге, после завершения розыгрыша игроки меняются местами по кругу и продолжают выполнять упражнение до его завершения.

Для наглядного понимания посмотрим на рисунок 6.

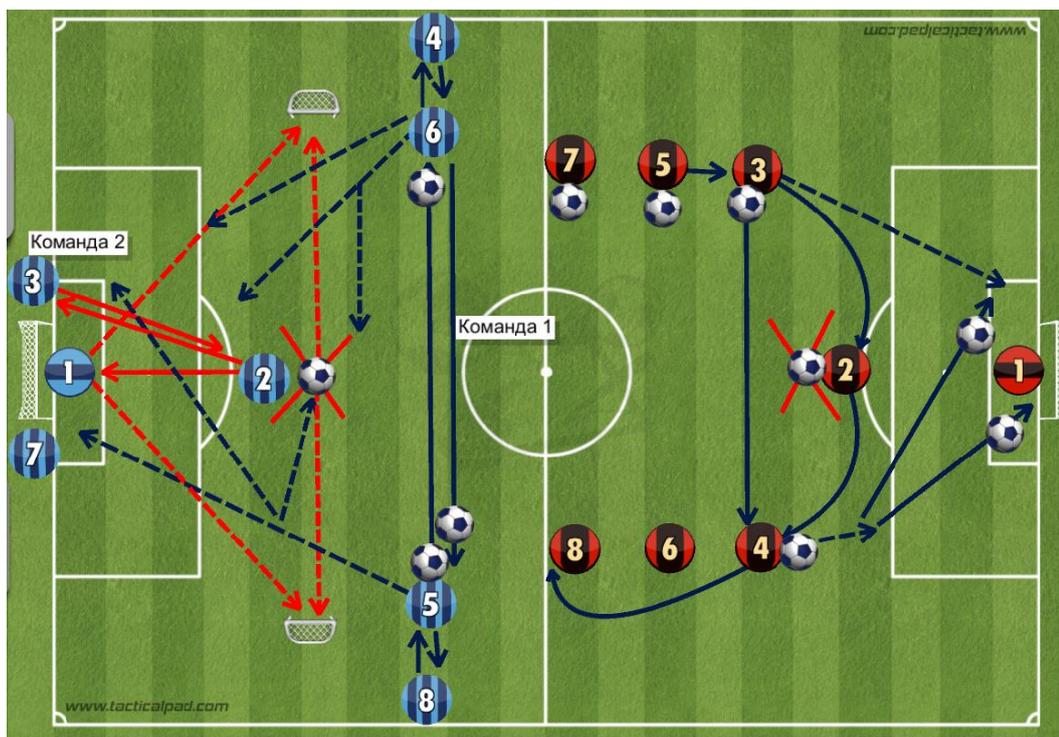


Рисунок 6 – Тактическая комбинация «2 в 1»

Рассмотрев разработанный комплекс упражнений, который состоял из вышеописанных упражнений и комбинаций переходим непосредственно к повышению технико-тактической подготовленности футболистов при применении игрового метода. Ознакомимся с тем, как наш эксперимент повлиял на игроков, какие результаты получились в контрольной и экспериментальной группах и увидим на сколько улучшились результаты экспериментальной группы по отношению к контрольной.

3.2 Повышение технико-тактической подготовленности футболистов при применении игрового метода

При постоянных тренировках футболисты всесторонне развиваются, учатся правильно использовать свое тело, юные футболисты привыкают к работе в коллективе, воспитывают дисциплинированность. Тренировки формируют правила поведения в коллективе, чувство единства и товарищества, волю и характер личности [5].

Юные футболисты должны уметь принимать решения в условиях очень ограниченного времени, выполнять разнообразные движения и быстро реагировать на изменения игровой ситуации. Особое внимание в подготовке футболистов в возрасте 10-12 лет необходимо уделять технико-тактической подготовке, использовать современные методы тренировки футболистов [10].

Перед началом проведение педагогического эксперимента мы сформировали общую группу игроков, для проведения тестирования и фиксирование результата каждого игрока в отдельно взятом упражнении численность группы составила 16 футболистов, после чего проходило распределение на две группы ЭГ и КГ для проведение педагогического эксперимента.

Первым упражнением было ведения мяча по прямой на расстоянии 15 метров. Результаты занесены в таблицу 1.

Таблица 1 – Результаты ведения мяча по прямой на расстоянии 10 метров (сек) до педагогического эксперимента

Игрок	Результат
Экспериментальная группа	
Игрок 1	
Игрок 2	
Игрок 3	
Игрок 4	
Игрок 5	
Игрок 6	
Игрок 7	
Игрок 8	
$\text{ср} \pm m$	
Контрольная группа	
Игрок 9	
Игрок 10	
Игрок 11	
Игрок 12	
Игрок 13	
Игрок 14	
Игрок 15	
Игрок 16	
$\text{ср} \pm m$	

После проведения общего тестирования мы раздели одну общую группу футболистов на две группы, экспериментальную и контрольную, в каждой группе было по 8 футболистов, в ЭГ входили футболисты с номером от 1 до 8, а в КГ входили футболисты с номером от 9 до 16. Также мы разделили эти группы по половинам поля, экспериментальная группа занималась на одной половине поля, контрольная на другой. Также были определены методы тренировки, ЭГ занималась по предложенным нами игровым методом, а КГ занималась в обычном порядке используя потоковый метод.

Результаты после проведения педагогического эксперимента можно увидеть в таблице 2.

Таблица 2 – Результаты ведения мяча по прямой на расстоянии 10 метров (сек) после проведения педагогического эксперимента

Игрок	Результат
Экспериментальная группа	
Игрок 1	
Игрок 2	
Игрок 3	
Игрок 4	
Игрок 5	
Игрок 6	
Игрок 7	
Игрок 8	
$\text{ср} \pm m$	
Контрольная группа	
Игрок 9	
Игрок 10	
Игрок 11	
Игрок 12	
Игрок 13	
Игрок 14	
Игрок 15	
Игрок 16	
$\text{ср} \pm m$	

Следующим техническим элементом идет ведения мяча между стоек, каждая стойка находится друг от друга на расстоянии 2 метров. Результаты до и после педагогического эксперимента внесены в таблицы 3 и 4 соответственно.

Таблица 3 – Результаты ведения мяча между стоек на расстоянии 10 метров до педагогического эксперимента

Игрок	Результат
Экспериментальная группа	
Игрок 1	
Игрок 2	
Игрок 3	
Игрок 4	
Игрок 5	
Игрок 6	
Игрок 7	
Игрок 8	
$\text{ср} \pm m$	
Контрольная группа	
Игрок 9	
Игрок 10	
Игрок 11	
Игрок 12	
Игрок 13	
Игрок 14	
Игрок 15	
Игрок 16	
$\text{ср} \pm m$	

Ознакомится с результатами ведения мяча между стоек на расстоянии 10 метров после педагогического эксперимента можно в таблице 4.

Таблица 4 – Результаты ведения мяча между стоек на расстоянии 10 метров после педагогического эксперимента

Игрок	Результат
Экспериментальная группа	
Игрок 1	
Игрок 2	
Игрок 3	
Игрок 4	
Игрок 5	
Игрок 6	
Игрок 7	
Игрок 8	
ср ± m	
Контрольная группа	
Игрок 9	
Игрок 10	
Игрок 11	
Игрок 12	
Игрок 13	
Игрок 14	
Игрок 15	
Игрок 16	
ср ± m	

Далее у нас идут передачи мяча в течении 30 секунд. Результатом будет являться количество передач, выполненное за 30 секунд. Результаты педагогического эксперимента до и после можно увидеть в таблицах 5 и 6 соответственно.

Таблица 5 – Результаты передачи мяча за 30 секунд до педагогического эксперимента

Игрок	Результат
Экспериментальная группа	
Игрок 1	
Игрок 2	
Игрок 3	
Игрок 4	
Игрок 5	
Игрок 6	
Игрок 7	
Игрок 8	
ср ± m	
Контрольная группа	
Игрок 9	
Игрок 10	
Игрок 11	
Игрок 12	
Игрок 13	
Игрок 14	
Игрок 15	
Игрок 16	
ср ± m	

С результатами передачи мяча за 30 секунд после педагогического эксперимента можно ознакомиться в таблице 6.

Таблица 6 – Результаты после проведения педагогического эксперимента

Игрок	Результат
Экспериментальная группа	
Игрок 1	
Игрок 2	
Игрок 3	
Игрок 4	
Игрок 5	
Игрок 6	
Игрок 7	
Игрок 8	
$\text{ср} \pm m$	
Контрольная группа	
Игрок 9	
Игрок 10	
Игрок 11	
Игрок 12	
Игрок 13	
Игрок 14	
Игрок 15	
Игрок 16	
$\text{ср} \pm m$	

Заключительным техническим элементом являлось ведение мяча с поворотом в сторону и ударом от обозначенной нами линии. Результаты до и после педагогического эксперимента приведены в таблицах 7 и 8 соответственно. Результатом будет являться количество голов

Таблица 7 – Результаты ведения мяча с поворотом в сторону и ударом от линии до педагогического эксперимента

Игрок	Результат
Экспериментальная группа	
Игрок 1	
Игрок 2	
Игрок 3	
Игрок 4	
Игрок 5	
Игрок 6	
Игрок 7	
Игрок 8	
$\text{cp} \pm m$	
Контрольная группа	
Игрок 9	
Игрок 10	
Игрок 11	
Игрок 12	
Игрок 13	
Игрок 14	
Игрок 15	
Игрок 16	
$\text{cp} \pm m$	

Результаты ведения мяча с поворотом в сторону и ударом от линии после педагогического эксперимента продемонстрированы в таблице 8.

Таблица 8 – Результаты ведения мяча с поворотом в сторону и ударом от линии после педагогического эксперимента

Игрок	Результат
Экспериментальная группа	
Игрок 1	
Игрок 2	
Игрок 3	
Игрок 4	
Игрок 5	
Игрок 6	
Игрок 7	
Игрок 8	
$\text{ср} \pm m$	
Контрольная группа	
Игрок 9	
Игрок 10	
Игрок 11	
Игрок 12	
Игрок 13	
Игрок 14	
Игрок 15	
Игрок 16	
$\text{ср} \pm m$	

Переходим к результатам тактических комбинаций до и после проведения педагогического эксперимента. Результат оцениваем по количеству голов атакующих игроков. Первой тактической комбинацией являлось упражнение «1 в 1». Результаты приведены в таблицах 9 и 10 соответственно.

Таблица 9 – Результат комбинации «1 в 1» до педагогического эксперимента

Игрок	Результат
Экспериментальная группа	
Игрок 1	
Игрок 2	
Игрок 3	
Игрок 4	
Игрок 5	
Игрок 6	
Игрок 7	
Игрок 8	
$\text{ср} \pm m$	
Контрольная группа	
Игрок 9	
Игрок 10	
Игрок 11	
Игрок 12	
Игрок 13	
Игрок 14	
Игрок 15	
Игрок 16	
$\text{ср} \pm m$	

С результатами комбинации «1 в 1» после проведения педагогического эксперимента можно ознакомиться в таблице 10.

Таблица 10 – Результат комбинации «1 в 1» после педагогического эксперимента

Игрок	Результат
Экспериментальная группа	
Игрок 1	
Игрок 2	
Игрок 3	
Игрок 4	
Игрок 5	
Игрок 6	
Игрок 7	
Игрок 8	
$\text{ср} \pm m$	
Контрольная группа	
Игрок 9	
Игрок 10	
Игрок 11	
Игрок 12	
Игрок 13	
Игрок 14	
Игрок 15	
Игрок 16	
$\text{ср} \pm m$	

Переходим к рассмотрению результатов до и после проведения педагогического эксперимента последней тактической комбинации «2 в 1». Результат будет оцениваться также как в голах. Результаты приведены в таблицах 11 и 12 соответственно.

Таблица 11 – Результат тактической комбинации «2 в 1» до педагогического эксперимента

Игрок	Результат
Экспериментальная группа	
Игрок 1	
Игрок 2	
Игрок 3	
Игрок 4	
Игрок 5	
Игрок 6	
Игрок 7	
Игрок 8	
$\text{ср} \pm m$	
Контрольная группа	
Игрок 9	
Игрок 10	
Игрок 11	
Игрок 12	
Игрок 13	
Игрок 14	
Игрок 15	
Игрок 16	
$\text{ср} \pm m$	

Результаты тактической комбинации «2 в 1» после педагогического эксперимента представлены в таблице 12.

Таблица 12 – Результат тактической комбинации «2 в 1» после педагогического эксперимента

Игрок	Результат
Экспериментальная группа	
Игрок 1	
Игрок 2	
Игрок 3	
Игрок 4	
Игрок 5	
Игрок 6	
Игрок 7	
Игрок 8	
$\text{ср} \pm m$	
Контрольная группа	
Игрок 9	
Игрок 10	
Игрок 11	
Игрок 12	
Игрок 13	
Игрок 14	
Игрок 15	
Игрок 16	
$\text{ср} \pm m$	

После завершения обработки полученных результатов в ходе педагогического эксперимента, мы приступили к подведению итогов нашего эксперимента путем математической статистики. Результаты математической статистики технических элементов, до проведения педагогического эксперимента можно рассмотреть в таблице 13.

Таблица 13 – Результаты тестирования технических элементов до проведения педагогического эксперимента

Тесты(ед.и зм.)	Результаты тестирования до эксперимента			t табл.	p
	ЭГ (n=8)	КГ (n=8)	t.рас.		
	$X_{cp} \pm m$	$Y_{cp} \pm m$			
Ведение мяча по прямой (с)	2.9±0.2	2.862±0.169	0.4	2,45	<
Ведение мяча между стоек (с)	7.775±0.292	7.775±0.311	0.0	2,45	<
Передачи (кол-во раз)	16±2.268	16.75±2.121	0.7	2,45	<
Удары по воротам	15.5±2.138	15.375±2.264	0.1	2,45	<

Рассмотрев полученные результаты, мы пришли к выводу, что результаты тестов по техническим элементам до эксперимента, показали, что ЭГ и КГ существенно не отличаются.

После рассмотрения результатов математической статистики по техническим элементам, мы переходим к рассмотрению результатов математической статистики тактических комбинаций. Результаты математической статистики тактических комбинаций до проведения педагогического эксперимента можно увидеть в таблице 14.

Таблица 14 – Результаты тестирования тактических комбинаций до проведения педагогического эксперимента

Тесты(ед.изм.)	Результаты тестирования до эксперимента			t табл.	p
	ЭГ (n=8)	КГ (n=8)	t.рас.		
	$X_{cp} \pm m$	$Y_{cp} \pm m$			
Тактическая комбинация «1 в 1» (голы, кол-во)	5.375±1.768	5.625±1.302	0.3	2,45	<
Тактическая комбинация «2 в 1» (голы, кол-во)	5.75±1.488	6±1.852	0.2	2,45	<

Рассмотрев полученные результаты, мы также пришли к выводу, что результаты тактических комбинаций до эксперимента, показали, что ЭГ и КГ существенно не отличаются.

После рассмотрения результатов математической статистики до проведения педагогического эксперимента, переходим к рассмотрению результатов после проведения педагогического эксперимента. Результаты математической статистики после проведения педагогического эксперимента в технических элементах и тактических комбинаций можно наблюдать в таблице 15.

Таблица 15 – Результаты тестирования после проведения педагогического эксперимента в технических элементах и тактических комбинациях

Тесты(ед.изм.)	Результаты тестирования после эксперимента			t табл.	p 0,05
	ЭГ (n=8) $X_{cp} \pm m$	КГ (n=8) $Y_{cp} \pm m$	t.рас.		
Ведение мяча по прямой 10 м (с)	2.65±0.12	2.862±0.25	2.5	2,45	>
Ведение мяча между стоек 10 м (с)	7.562±0.297	7.925±0.219	2.8	2,45	>
Передачи мяча за 30 сек (кол-во)	18.75±1.982	15±2.204	3.6	2,45	>
Удары по воротам (кол-во голов)	18.125±1.642	15.125±1.458	3.9	2,45	>
Тактическая комбинация «1 в 1» (голы, кол-во)	7.25±1.488	5.5±0.926	2.9	2,45	>
Тактическая комбинация «2 в 1» (голы, кол-во)	7.375±1.188	5.5±1.195	3.2	2,45	>

Рассмотрев полученные результаты, мы пришли к выводу, что результаты тестов по техническим элементам и тактическим комбинациям после эксперимента, показали, что ЭГ и КГ существенно отличаются, изменения оказались значимыми, следовательно использование игрового метода в технико-тактической подготовки, эффективно, таким образом гипотеза является доказанной, проделанная работа является успешным результатом для применения и внедрение в тренировочный процесс технико-тактической подготовки футболистов 10-12 лет, так как показала свою эффективность.

Анализ полученных результатов показал, что за время проведения педагогического эксперимента показатели обеих групп, экспериментальной и контрольной существенно изменились, что подтверждает эффективность предложенного нами комплекса упражнений с использованием игрового метода.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

1. Установлено, что процесс технико-тактической подготовки футболистов 10-12 лет – это сложная система подготовки юных футболистов, которая позволит овладеть базовыми и необходимыми навыками для успешного выполнения как технических элементов, так и тактических комбинаций. Техника футболиста является важнейшим элементом подготовленности игрока к быстроменяющимся условиям игры, владение техническими элементами на достаточно хорошем уровне позволит игроку быть результативным и влиять на ход игры, а также позволит допускать меньше потерь мяча, нереализованных ударов и потерь мяча во время владения.

2. Установлено, что тактическая подготовка также важна, так как именно она помогает футболисту в верном принятии того или иного решения на поле в игровых ситуациях, дает понимание в грамотном розыгрыше тактических комбинаций, их успешности и позволяет принести наилучший результат как команде, так и самому игроку. Игровой метод же является необходимым в использовании в системе тренировочного процесса, так как благоприятно влияет на эмоциональный фон как игроков, так и команды в целом, что позволяет показывать наилучшие результаты.

3. Разработан комплекс упражнений с использованием игрового метода, в который входили как технические элементы, так и тактические комбинации. К техническим элементам относилось: ведение мяча по прямой, ведение мяча между стоек, передачи мяча, удары по воротам, к тактическим комбинациям отнесли комбинации: «1 в 1» и «2 в 1», все упражнения были проведены в игровой форме.

4. Обосновано применение упражнений с использованием игрового метода. Так, разработанные нами упражнения в ходе педагогического эксперимента показали свою эффективность: в упражнении ведение мяча по прямой футболисты экспериментальной группы улучшили свои показатели на 0,25 секунд, в упражнении ведение мяча между стоек на 0,21 секунду, в передачах

мяча за 30 секунд результат улучшился на 3 передачи, в ударах по воротам улучшение результата составило на 3 забитых мяча больше, в тактической комбинации «1 в 1» результат составил на 2 забитых мяча больше, в тактической комбинации «2 в 1» результат лучше также на 2 забитых мяча. Все изменения достоверны ($p < 0,05$). Полученные нами результаты подтвердили эффективность предложенного комплекса упражнений с использованием игрового метода и показали необходимость его применения в тренировочном процессе технико-тактической подготовки футболистов 10-12 лет. Футболисты были более сконцентрированы на тренировочном процессе, проявляли больше усердия в достижении результата, были мотивированны и полностью выкладывались в каждом техническом элементе, а в тактически комбинациях дорабатывали каждый эпизод до самого конца и никогда не выключались и не отвлекались от процесса.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Бахтина, Т. Н. Физическая культура: учебное пособие/ Т. Н. Бахтина, И.И. Александров, Н.В. Курова.— СПб. : СПбГЛТУ, 2012. — 128 с.
2. Андреев, С. Н. Футбол - твоя игра / С. Н. Андреев. - М.: Физкультура и спорт, 1989. - 131 с.
3. Ахмедов, З. К. Теоретические предпосылки использования игровых упражнений в подготовке спортивных игроков / З. К. Ахмедов, Е. М. Геллер, Г. Л. Островский // Теория и практика физической культуры. - 1987. - №3. - С. 22-24.
4. Вайн, Х. Как научиться играть в футбол: Школа технического мастерства для молодых / Х. Вайн, — М. : Человек, 2004. — 244 с.
5. Варюшин В. В. Тренировка юных футболистов : учеб. пособие для вузов / В. В. Варюшин. - Гриф УМО. - М. : Физическая культура, 2010. - 211 с.
6. Верхошанский, Ю. В. Основы специальной силовой подготовки в спорте / Ю. В. Верхошанский, — М.: Советский спорт, 2013. — 216 с.
7. Вихров К. Л. Знакомство с футболом / К. Л. Вихров. - Киев : Реклама, 2003. - 81 с.
8. Гордон, С. М. Спортивная тренировка: научно-методическое пособие / С. М. Гордон, — М.: Физическая культура, 2008. — 256 с.
9. Губа, В. П. Научно-практические и методические основы физического воспитания учащейся молодежи. / В. П. Губа, О. С. Морозов, В. В. Парфененков.— М. : Советский спорт, 2008. — 206 с.
10. Губа, В. П. Теория и методика футбола: учебник. / В. П. Губа, А. В. Лексаков.— М. : Советский спорт, 2013. — 536 с.
11. Денисова, О. П. Психология и педагогика / О. П. Денисова, — М.: ФЛИНТА, 2013. — 240 с.
12. Елагин, А. В. Футбол. Энциклопедия в 3-х томах. Том 2. Е-М. / А. В. Елагин, Д. А. Еремин, В. С. Петров, А. В. Савин.— М. : Человек, 2013. — 912 с.

13. Заваров А. Футбол : Уроки профессионала для начинающих / А. Заваров. - СПб. : Питер, 2010. - 202 с.
14. Золотарев, А. П. Футбол: методологические основы многолетней подготовки спортивного резерва : научно-метод. пособие. / А. П. Золотарев, 42 А. В. Лексаков, С. А. Российский.— М. : Физическая культура, 2007. — 160 с.
15. Иноземцева, Е. С. Познавательные психические процессы в физическом воспитании и спорте / Е. С. Иноземцева, — Томск: ТГУ, 2012. — 75 с.
16. Капилевич, Л. В. Физиология спорта: учебное пособие / Л.В. Капилевич,— Томск : ТГУ, 2013. — 192 с.
17. Карпушин, Б. А. Педагогика физической культуры: учебник / Б.А. Карпушин,— М. : Советский спорт, 2013. — 300 с.
18. Лаптев, А. П. Юный футболист / А.П.Лаптев, А.А.Сучилин. - М.: Физкультура и спорт, 1988. - С. 11-18.
19. Кузнецов, А. А. Футбол. Настольная книга детского тренера. 1 этап (8—10 лет).— М. : Человек, 2007. — 112 с.
20. Лапшин, О. Б. Учим играть в футбол. Планы уроков / О. Б. Лапшин,— М. : Человек, 2015. — 256 с.
21. Марина, И. В. Самоподготовка по физической культуре: учебное пособие / И. В. Марина,— Вологда : ВоГУ, 2014. — 111 с.
22. Мартенс, Р. Успешный тренер.— М. : Человек, 2014. — 440 с.
23. Михайлова, Т. В. Социально-педагогические основы деятельности тренера : монография.— М. : Физическая культура, 2009. — 288 с.
24. Рогальский, Н. Футбол для юношей / Н. Рогальский, Э.Г. Дегедь. - М.: Физкультура и спорт, 1981. - С. 9-27.
25. Романов, А. С. Индивидуализация тренировочного процесса юных футболистов / А. С. Романов, И. А. Алёгаков// Теория и практика физической культуры. - 1994. - № 8. - С. 60-62.

26. Передельский, А. А. Физическая культура и спорт в отражении философских и социологических наук. Социология спорта: Учебник / А. А. Передельский,— М. : Спорт, 2016. — 416 с
27. Сучилин, А. А. Подготовка юных футболистов / А. А.Сучилин. - М: Физкультура и спорт, 1987.-132 с.
28. Приказ Минздрава России от 01.03.2016 N 134н О порядке организации оказания медицинской помощи занимающимся физической культурой и спортом.— М. : Спорт, 2017. — 108 с.
29. Бабушкин, Г. Д., Смоленцев, В. Н., Науменко, Е. А., Сальников, В. А., Бабушкин, Е. Г. Психология физической культуры: учебник / Г. Д. Бабушкин, , В. Н. Смоленцев, , Е. А. Науменко, , В. А. Сальников, Е. Г. Бабушкин,— М. : Спорт, 2016. — 624 с.
30. Филин, В. П. Воспитание физических качеств у юных спортсменов / В. П. Филин. – М.: Физкультура и спорт, 1974. – С. 90-95.
31. Полишкис., М. С. Футбол: учебник для институтов физической культуры.- М., 1999. - 254 с.
32. Губа, В. П. Футбол: поурочная программа для учебно-тренировочных групп и групп спортивного совершенствования ДЮСШ и СДЮШОР / В. П. Губа,— М., 1986. – 260 с.
33. Монаков Г. В. Техническая подготовка футболиста / Г. В. Монаков - М.: Офсет, 2005. 128 с.
34. Морозов Ю. А., Бесков К. И. Анализ технико-тактической деятельности футболистов на X чемпионате мира: подготовка футболистов / Ю.А. Морозов, К.И. Бесков М.: Физкультура и спорт, 1977. С. 134-155.
35. Озолин Н. Г. Настольная книга тренера: наука побеждать / Н.Г. Озолин - М.: АСТ, АСТРЕЛЬ, 2002. 86 с. 84
36. Петухов А. В. Методика формирования индивидуальной технико-тактической подготовки юных футболистов: автореф. дис. . канд. пед. наук / А.В. Петухов, ГЦОЛИФК. М., 1990. 22 с.

37. Полишкис М. С., Выжигин В. А., Сагасты Р. Р. Техничко-тактическая подготовка квалифицированных футболистов: учеб.пособие / М. С. Полишкис, В. А. Выжигин, Р. Р. Сагасты, - М.: Пресс, 1989. 88 с.

38. Полишкис М. С. Исследование тренировочных нагрузок в мини-футболе на основе динамики изменения ЧСС во время игры / М. С. Полишкис - М.: Теория и практика физической культуры. 2006. № 8. С. 26-29.

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

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

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

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

43. Шамардин А. И., Солопов И. Н., Новокшонов И. Н., Герасименко А. П. Физическая подготовка футболистов разных игровых амплуа / А.И. Шамардин, И. Н. Солопов, И. Н. Новокшонов, А. П. Герасименко учеб. Пособие, - М Волгоград: Спорт, 2000. 68 с.

44. Тюленьков С. Ю. Футбол в зале : система подготовки / С. Ю. Тюленьков, А. А. Федоров.- М. : Терра-Спорт, 2000.- 86 с.

45. Федотова Е. В. Основы управления многолетней подготовкой юных спортсменов в командных игровых видах спорта / Е. В. Федотова.- М. : Спутник, 2001.- 245 с.

46. Футбол / под ред. М. С. Полишкиса, В. А. Выжгина.- М. : Физкультура, образование и наука, 1999.- 254 с.

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

48. Чанади А. Футбол. Тренировка / А. Чанади.- М. : Физкультура и спорт, 1985.- С. 131-180.
49. Платонов, В. Н. Адаптация в спорте: учебное пособие / В. Н. Платонов. - Киев: Здоровье, 2008. - 214 с.
50. Попов, Е. В. Теория и методика спортивной тренировки / Е. В. Попов. - Киев: Вища школа, 2006. - 372 с.
51. Пигарев, С. А. Подготовка квалифицированных спортсменов / С. А. Пигарев. - М.: Физкультура и спорт, 2007. - 110 с.
52. Перепекин, В. А. Подвижные игры в учебно-тренировочных занятиях футболистов / В. А. Перепекин, Г. П. Кореневская. - Смоленск, 1994. – 33 с.
53. Клиот Д. Б., Ахмедов М. М., Банасько А. Л. Использование игрового метода на занятиях мини-футболом в разрезе с традиционными формами подготовки / Д. Б. Клиот, М. М. Ахмедов, А. Л. Банасько // Проблемы педагогики. - 2015. - № 1 (2). - С. 50-62.

Министерство науки и высшего образования РФ
Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Институт физической культуры, спорта и туризма
Кафедра теоретических основ и менеджмента физической культуры и туризма

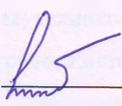
УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой
 Н.В. Соболева
« 23 » 06 2023 г.

БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА

49.03.01 Физическая культура

**ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ФУТБОЛИСТОВ 10-12 ЛЕТ
С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ИГРОВОГО МЕТОДА**

Руководитель  канд. пед. наук, доцент Е.Д. Шубина

Выпускник  В.С. Иконников

Нормоконтролер  М.В. Думчева

Красноярск 2023