

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

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

УТВЕРЖДАЮ

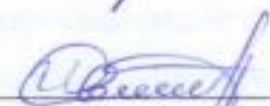
Заведующий кафедрой

« » А.Ю. Близовский
2016 г.

БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА
49.03.01 – Физическая культура

**ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ МЕТОДИКИ ФОРМИРОВАНИЯ
ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ ФУТБОЛИСТОВ 14-16 ЛЕТ
ПРИ РОЗЫГРЫШЕ СТАНДАРТНЫХ ПОЛОЖЕНИЙ**

Руководитель  к. п. н. доцент О.О. Николаева

Выпускник  Н. Н. Ивлев

Нормоконтролер  М. А. Рутьковская

Красноярск 2016

РЕФЕРАТ

Бакалаврская работа по теме «Эффективность применения методики технико-тактических действий футболистов 14-16 лет при розыгрыше стандартных положений» содержит 63 страницы, 3 таблицы, 2 рисунка, 51 источник, 1 приложение.

ФУТБОЛ, ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА,
СТАНДАРТНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ.

Цель исследования – теоретическое и экспериментальное обоснование методики формирования технико-тактических навыков розыгрыша наигранных комбинаций со стандартных положений в атаке у футболистов 14-16 лет.

Объект исследования – учебно-тренировочный процесс футболистов 14-16 лет в атаке.

Предмет исследования – методика формирования технико-тактических действия футболистов при розыгрыше стандартных положений.

Гипотеза исследования – предполагалось, что использование в учебно-тренировочном процессе разработанных на основе моделирования оптимальных расстановок игроков при розыгрыше наигранных комбинаций со стандартных положений в атаке окажет положительное влияние на качество подготовки футболистов 14-16 лет и позволит повысить эффективность розыгрыша данных комбинаций.

В современном футболе проблема розыгрыша наигранных комбинаций со стандартных положений изучена недостаточно: не выявлены лимитирующие особенности, ограничивающие эффективность действий футболистов, не установлены критерии, определяющие успешность розыгрыша стандартных положений в атаке. Возникло противоречие между современным состоянием методики совершенствования технико-тактических действий футболистов при розыгрыше стандартных положений и необходимостью повышения результативности этих действий в условиях соревновательной деятельности.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
1 Основные аспекты технико-тактической подготовки юных футболистов.....	5
1.1 Техническая подготовка юных футболистов.....	5
1.2 Тактическая подготовка юных футболистов.....	17
1.3 Проблемы повышения эффективности розыгрыша комбинаций со стандартных положений.....	24
2 Методы исследования.....	30
2.1 Методы и организация исследования.....	30
2.2 Организация исследования.....	33
3 Разработка экспериментальной методики и проверка ее эффективности...	37
3.1 Экспериментальная методика формирования у футболистов 14-16 лет технико-тактических действий при розыгрыше стандартных положений.....	37
3.2 Результаты исследования технико-тактических действий футболистов при розыгрыше стандартных положений.....	46
3.3 Результаты педагогического эксперимента.....	49
Заключение.....	53
Список использованных источников.....	55
Приложение А.....	60

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. На современном этапе развития футбола наблюдается тенденция опережающего роста защитных действий по сравнению с действиями в атаке. Это касается всех видов атакующих действий. Наиболее острой является проблема повышения качества и результативности розыгрыша стандартных положений. Учитывая то, что в современном футболе значительно возросло количество опасных моментов завершения атаки, проблема повышения эффективности розыгрыша наигранных комбинаций со стандартных положений несомненно имеет первостепенную важность.

Основная причина низкой результативности действий футболистов при розыгрыше стандартных положений заключается, на наш взгляд, в нерациональных технико-тактических действиях игроков в атаке, использовании несоответствующих возросшему защитному потенциалу футболистов, расстановок нападающих игроков при розыгрыше.

В современном футболе проблема розыгрыша наигранных комбинаций со стандартных положений изучена недостаточно: не выявлены лимитирующие особенности, ограничивающие эффективность действий футболистов, не установлены критерии, определяющие успешность розыгрыша стандартных положений в атаке. Возникло противоречие между современным состоянием методики совершенствования технико-тактических действий футболистов при розыгрыше стандартных положений и необходимостью повышения результативности этих действий в условиях соревновательной деятельности.

Недостаточная теоретическая разработанность данной проблемы и острая необходимость в научно обоснованных практических рекомендациях по оптимизации технико-тактических действий футболистов при розыгрыше наигранных комбинаций со стандартных положений в атаке послужили основанием выбора цели и задач исследования.

Цель исследования – теоретическое и экспериментальное обоснование эффективности методики формирования технико-тактических навыков

розыгрыша наигранных комбинаций со стандартных положений в атаке у футболистов 14-16 лет.

Объект исследования – учебно-тренировочный процесс футболистов 14-16 лет.

Предмет исследования – методика формирования технико-тактических действия футболистов при розыгрыше стандартных положений.

Задачи исследования:

1. Изучить вопросы технико-тактической подготовки в теории и практике спортивной тренировки спортсменов в футболе.

2. Выявить факторы, влияющие на эффективность технико-тактических действий футболистов при розыгрыше стандартных положений и разработать экспериментальную методику формирования технико-тактических действий футболистов 14-16 лет при розыгрыше стандартных положений и оценить её эффективность.

3. Экспериментально доказать эффективность разработанной методики.

Гипотеза исследования – предполагалось, что использование в учебно-тренировочном процессе разработанных на основе моделирования оптимальных расстановок игроков при розыгрыше наигранных комбинаций со стандартных положений в атаке окажет положительное влияние на качество подготовки футболистов 14-16 лет и позволит повысить эффективность розыгрыша данных комбинаций.

Методы исследования:

1. Анализ научно-методической литературы.

2. Анкетирование тренеров и спортсменов.

3. Контрольные испытания.

4. Педагогический эксперимент.

5. Методы математической статистики.

1 ОСНОВНЫЕ АСПЕКТЫ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ

1.1 Техническая подготовка юных футболистов

Техника футбола представляет собой совокупность специальных приемов, используемых в игре в различных сочетаниях для достижения поставленной цели.

Технические приемы - это средства ведения игры. От того, насколько полно владеет футболист всем многообразием этих средств, как умело и эффективно применяет их в рамках правил для решения конкретных тактических задач в вариативных условиях игровой деятельности, при противодействии игроков команды соперника, а часто и при прогрессирующем утомлении, во многом зависит возможность достижения высоких спортивных результатов. Искусное владение техникой - неотъемлемая часть всесторонней подготовки и гармоничного развития футболистов [3].

К критериям технического мастерства футболистов можно отнести следующие количественные и качественные показатели:

1. Объем и разносторонность, т.е. общее количество используемых в игре технических приемов и их широкое сочетание;

2. Эффективность, характеризуемую рациональным и безошибочным применением технических приемов, что обеспечивает оптимальное решение игровых задач;

3. Надежность, определяемую постоянством выполнения технических приемов с высокой степенью эффективности.

Техника футбола за более чем столетнюю историю развития игры претерпела определенные изменения. Диалектическое противоречие между защитой и нападением, разработка прогрессивных тактических систем являются основным фактором появления использования и совершенствования новых средств ведения игры [5].

Основные направления эволюции техники сводятся к следующему: появились новые технические способы и разновидности (резаные удары, остановки с переводами отбор мяча в подкате); существенно сократилось применение нерациональных приемов и способов (удары боковой частью головы, остановки мяча без переводов); повысился коэффициент использования удара внешней частью подъема, остановок мяча средней частью подъема, бедром и грудью, бросков мяча руками (техника вратаря); расширился круг обманных движений (финтов) [10].

Технические приемы в современном футболе характеризуются целесообразной с точки зрения биомеханики специализированной системой одновременных и последовательных движений направленных на рациональную организацию взаимодействия внутренних и внешних сил. К внешним силам, действующим на тело футболиста, относятся: сила тяжести собственного веса, сила реакции опоры, сопротивление среды и внешних тел (мяч, противник).

Внутренними силами являются: активные и пассивные силы опорно-двигательного аппарата (сила тяги мышц, вязкость мышц и связок, сопротивление костей и т.д.), а также реактивные силы, возникающие в процессе взаимодействия частей тела, в том числе и сила инерции [9].

Отдельный технический прием рассматривается как целостное движение. В то же время системно структурный анализ дает возможность выделить и части технического приема, элементы во времени, которые называются фазами.

В самом общем виде различают подготовительную, основную (рабочую) и завершающую фазы. Они имеют четко выраженные границы и отличаются одна от другой как целевой направленностью, так и определенными характеристиками движений. Целью подготовительной фазы является создание наиболее выгодных условий для реализации смысловой задачи в основной фазе. Это достигается за счет целесообразного исходного положения, создания необходимой инерции, использования предварительного растяжения мышц и т.д. Основная фаза направлена на решение двигательной задачи данного технического приема, способа. В завершающей фазе футболист стремится

занять устойчивое исходное положение, необходимое для дальнейших действий [2].

При анализе техники раскрываются общие требования к различным характеристикам, рассматривается стандарт, образец, на который нужно ориентироваться при построении системы движений. Однако техника у большинства футболистов имеет индивидуальный характер, на который влияют две особенности: телосложение и функциональные возможности. К особенностям формы и строения тела относятся рост, длина и пропорции звеньев тела, величина масс тела и их распределение (моменты инерции). Сила, ловкость, быстрота, выносливость и другие качества, характеризующие функциональные возможности организма, оказывают определенное влияние на двигательную структуру.

Индивидуальная техника только в деталях отличается от образцовой стандартной техники, но в целом соответствует основным ее требованиям, которые сохраняются при их реализации в тренировочных и игровых условиях.

Следует отметить, что соотношение меры стандартизации и индивидуализации подвижно. С ростом спортивного мастерства все больше сказывается влияние индивидуальных особенностей и возможностей, которые часто носят устойчивый характер и называются стилем. Стилиевые особенности в футболе свойственны не только отдельным игрокам, но и командам, странам, регионам [1].

С точки зрения психологии отдельный технический прием рассматривается как двигательный навык, как автоматизированный произвольный способ управления системой движений. Чем совершеннее мастерство, тем больше деталей техники выполняется, автоматизировано, без вмешательства внимания. Однако, в сложных вариативных условиях соревновательной деятельности, при наличии постоянных сбивающих помех эффективное и надежное применение технических приемов невозможно без отчетливых двигательных ощущений, представлений, целенаправленного наблюдения за ходом игровых действий и их результатом, волевых усилий на

достижение цели, осознанного восприятия ведущих, основных фаз системы движения [7].

Техника влияет на все разделы подготовки футболистов. Между техникой, с одной стороны, и развитием двигательных качеств, морфофункциональными и психологическими особенностями футболистов - с другой существует органическая взаимосвязь. Чем выше уровень развития физических качеств в оптимальном их отношении, тем больше возможностей для совершенного овладения техникой и ее реализации, и, наоборот, чем выше техническое мастерство, тем лучше реализуются физические и другие качества.

В процессе соревновательной деятельности футболисту необходимо быстро и правильно оценивать постоянно меняющуюся обстановку, создавать выгодную ситуацию и реагировать эффективными действиями соответственно тактической обстановке. Поэтому техника тесно связана с тактикой и влияет на ее развитие.

Требованиями сегодняшнего дня применительно к технике футбола являются быстрота и надежность, простота и эффективность [9].

В системе спортивной тренировки техническая подготовка является одной из важных сторон, особенно в сложнокоординационных видах спорта, где результат обусловлен, прежде всего, уровнем владения техникой соревновательных упражнений. В полной мере это положение относится и к такому виду спорта как футбол.

Под технической подготовкой спортсмена понимают обучение основам техники двигательных действий и совершенствование избранных форм спортивной техники, обеспечивающих достижение высоких спортивных результатов.

Основными задачами технической подготовки футболистов являются:

- 1) прочное освоение всего многообразия рациональной техники;
- 2) обеспечение разностороннего владения техникой футбола и умение сочетать в разной последовательности приемы, способы и разновидности обработки мяча;

3) надежное и эффективное использование технических приемов в сложных условиях игры (при противодействии игроков команды соперников) [4].

При изучении отдельного технического приема выделяют следующие этапы:

- первоначальное обучение;
- углубленное разучивание;
- закрепление и совершенствование техники.

Первоначальное обучение. Главная цель этапа - освоение основ техники изучаемого приема.

Первые попытки выполнить разучиваемый технический прием характеризуются иррадиацией нервных процессов в коре головного мозга.

Недостаточно развитое у детей внутреннее торможение приводит к неточному воспроизведению кинематических и динамических характеристик изучаемого действия, неустойчивости его ритма, появлению излишних дополнительных движений и мышечной закрепощенности. По мере формирования двигательного навыка у детей создается целостное двигательное представление о техническом приеме в целом и о его основных элементах.

Первоначальное изучение приема начинается с ознакомления при помощи рассказа, показа и практического опробования разучиваемого действия.

В рассказе дается точное описание приема, сообщаются знания о его значении и месте в условиях игры, объясняются основы техники выполнения. Поскольку внимание у детей неустойчиво и объем его невелик, рассказ должен быть четким, кратким, образным [10].

Показ должен быть образцовым не только по форме. Необходимо оптимальное воспроизведение временных, пространственных и силовых характеристик движения. Часто показ сочетается с сопроводительным пояснением, которое усиливает и углубляет восприятие.

Для создания двигательных ощущений используют метод практического упражнения. Попытки воспроизведения изучаемого действия выполняют в относительно постоянных и упрощенных условиях. При обучении технике футбола преимущественно используют методы целостного упражнения, т.к. расчленение приема на части часто приводит к резкому искажению его биомеханической структуры. Обучение техническим приемам необходимо начинать через «ведущую» ногу и в удобную сторону [8].

Определяя меру повторений, следует учитывать, что новые координационно-сложные упражнения вызывают у юных футболистов быстрое утомление нервных центров. Поэтому на данном этапе наиболее эффективно небольшое количество повторения упражнений в рамках одной серии или одного учебно-тренировочного занятия. Интервалы между сериями повторений должны быть достаточными для отдыха, для получения необходимых замечаний от тренера и для повторного показа упражнений. Новый материал изучают на 3-5 последующих уроках.

Углубленное разучивание. Этот этап характеризуется закреплением основ техники разучиваемого действия и уточнением деталей каждого изучаемого движения, входящего в состав действия. В процессе освоения движений совершенствуется первоначальное умение, как бы автоматизируется выполнение навыка. Технический прием выполняется правильно, четко, свободно.

На данном этапе используют в основном метод целостного упражнения. Число стереотипных повторений уменьшается, зато значительно увеличивается число вариативных повторений. Усложняются условия выполнения разучиваемого двигательного действия. Число повторений упражнения в одном занятии увеличивается. Наиболее эффективны на данном этапе переключения на игровые упражнения. Затем снова осуществляется многократное повторение изучаемого действия в такой же временной отрезке.

Углубленное разучивание может идти с большими интервалами, что дает возможность обновлять изучаемый материал [15].

На данном этапе широко используют игровой и соревновательный методы, которые создают особый эмоциональный фон, усиливают воздействие упражнений и активизируют процесс обучения.

Закрепление и совершенствование техники. Основные задачи этого этапа - закрепить осваиваемую технику, довести специальные двигательные навыки до высшей степени автоматизма и приспособить эти навыки к условиям игры.

Эффективность решения задач технической подготовки игроков во многом зависит от правильного выбора методов и средств обучения.

На всех этапах подготовки футболистов используют общепринятые методы обучения и совершенствования техники двигательных действий.

Методы обучения применяются при разучивании новых технических приемов. Активность юных футболистов направлена на усвоение теоретических знаний о способе решения конкретной двигательной задачи и практическом овладении данным способом на уровне двигательного умения, а затем и навыка. В качестве основного используется метод практического упражнения в сочетании со словесными и наглядными методами передачи учебной информации. Учитывая специфику футбола как спортивной игры, для закрепления и совершенствования разучиваемых двигательных действий широко применяют игровой и соревновательный методы [12].

Методы обеспечения наглядности применяются для создания у обучаемых зрительного образа изучаемого технического приема. Показ должен быть ярким, образцовым, легко воспринимаемым и акцентироваться на важных узловых моментах изучаемого движения. При показе важно направить внимание учащихся на те моменты, которые существенно для овладения движением. В отдельных случаях применяют повторный и замедленный показ.

Благодаря наблюдению за демонстрируемым образцом выполнения технического приема у юных футболистов включаются рефлекторные механизмы подражания, что приводит к повышению качества воспроизведения при самостоятельных попытках его выполнения.

Для предупреждения ошибок, иногда целесообразно включать их в демонстрируемое движение. Такой показ сопровождается пояснениями и должен обязательно завершаться правильной безошибочной демонстрацией.

Эффективность показа возрастает, если наряду с демонстрацией используются и другие приемы - просмотр наглядных пособий, киноматериалов, видеозаписей.

Умелое использование показа особенно важно при обучении детей, у которых вторая сигнальная система развита недостаточно и основную роль в восприятии и переработке учебной информации выполняет первая сигнальная система.

Методы слова относятся к числу наиболее широко используемых методов в практике обучения двигательным действиям. Он обеспечивает формирование логического образа действия, поскольку раскрывает внутренние механизмы его построения, которые не удастся выявить при наблюдении [1].

Назначение объяснения - дополнить создаваемый образ тем, что остается за пределами показа. Тем самым активизируется вторая сигнальная система, оживляются память и процессы мышления. Занимающиеся более полно осознают свою задачу, выделяют для себя необходимые ориентиры и критерии.

Вербальная информация воспринимается лучше, если объяснение точно, кратко, эмоционально и ясно.

Метод практического упражнения предполагает усвоение и закрепление нового двигательного действия и осуществляется в процессе выполнения специально организованных упражнений. Их подбор зависит от ряда условий, и в первую очередь, от избранного преподавателем метода разучивания.

Чтобы овладеть каким-либо действием, его нужно вначале правильно воспроизвести, а затем, в процессе многократного повторения закрепить.

С этой целью на практике используются методы целостного, расчлененного и комплексного разучивания нового.

Целостный метод предполагает возможность овладения двигательным действием через выполнение изучаемого движения в полной координации. Это

оправдывает себя только в тех случаях, когда движение обладает простой структурой, или во многом (по элементам) является знакомым для учащихся.

Если же движение сложное, и к тому же является принципиально новым по содержанию, то его освоение рациональнее строить по принципу выделения и усвоения, в первую очередь, главных или трудных звеньев, и последующего соединения их в единое системное целое. Данный метод носит название расчлененного, поскольку предполагает существование двух этапов [13]:

аналитического усвоения отдельных элементов и объединения этих элементов в системно организованное целое - сложное двигательное действие. И хотя этот метод во многом уступает целостному, но при обучении сложным двигательным действиям он является единственно возможным.

Промежуточное положение занимает комплексный метод. Суть его заключается в соединении обоих методов, при котором, в зависимости от конкретного случая, преобладает целостное и расчлененное освоение.

Большинство специалистов считают, что при обучении технике владения мячом в футболе ведущее место занимают методы целостного и комплексного разучивания, поскольку при делении технического приема на части теряется его смысловое назначение, нарушается целостность его внутренней структуры. В тех случаях, когда технический прием достаточно сложен по своему содержанию, рекомендуется применять расчлененный метод с выделением его ведущего звена, после овладения которым движение осваивают целиком.

Расчлененно в футболе осваиваются только сложные тактические взаимодействия, состоящие из отдельных, более простых, элементов.

Отмечается, что использование методов расчлененного разучивания оправдано лишь на начальных этапах обучению техническим приемам. После того, как движение в общих чертах освоено, переходят к его закреплению с помощью комплексного и целостного методов [18].

Основными средствами решения задач технической подготовки юных футболистов являются соревновательные и тренировочные упражнения. К соревновательным относятся технико-тактические действия в официальных

(календарных), товарищеских, контрольных, учебных и других играх; к тренировочным - подготовительные, подводящие и специальные упражнения.

Целью подготовительных упражнений является подготовка мышечно-связочного аппарата футболиста к нагрузкам; подводящих - к правильному выполнению изучаемого приема; специальных - к овладению всем сложным арсеналом технико-тактических приемов.

Практические упражнения могут выполняться в рамках применения игрового и соревновательного методов. Эти два метода близки по значению и характеристике, и используются главным образом при закреплении и совершенствовании изучаемого материала [20].

Игровой метод преимущественно используется в процессе обучения технике футбола через применение разнообразных подвижных игр, выступающих в роли подготовительных, подводящих и игровых упражнений. Ценность подвижных игр при обучении технико-тактическим приемам футбола исключительно велика. Каждая из них может служить маленькой моделью игровых действий в настоящем футбольном матче. Совпадение условий позволяет формировать психофизические предпосылки, отвечающие требованиям футбола. В подвижных играх осваиваются технико-тактические приемы, составляющие футбол. Играя, занимающиеся осваивают специальную координацию, учатся свободно выполнять технические приемы, выступающие одновременно и как игровые приемы, правильно анализировать игровую ситуацию и решать ее с помощью данных приемов.

И делают они это с гораздо большей легкостью, поскольку это не настоящая игра, в которой над ними довлеет дух состязания, а лишь одна из многих и привычных подвижных игр. Поэтому игровой метод широко используют в работе с юными футболистами [11].

Соревновательный метод занимает ведущее место в учебно-тренировочном процессе футболистов. Суть его состоит в плановом использовании различных по масштабу и значимости футбольных матчей для достижения высокого уровня совершенства в деятельности функциональных

систем организма и применении усвоенных технико-тактических приемов и систем игры. Только участие непосредственно в соревнованиях по футболу подводит футболиста к пику его спортивной формы, к вершинам мастерства. В форме соревнований проводятся так же отдельные упражнения (например, кто точнее поразит цель, кто быстрее выполнит ведение мяча на заданном отрезке).

Футбольные матчи классифицируются как подводящие, второстепенные и основные. Их также подразделяют на официальные (календарные) и товарищеские, контрольные и показательные. В зависимости от задач и периода подготовки удельный вес и значение соревнований меняются. Выбирая ту или иную их форму, важно точно определить решаемые задачи, установить порядок проведения и способы контроля над достижением поставленных целей.

Наилучших результатов с помощью этого метода можно добиться, если соревнования превратятся в составную часть учебно-тренировочного процесса на всем протяжении многолетней подготовки [3].

Процесс овладения техническими приемами всегда протекает параллельно с исправлением двигательных ошибок, допускаемых обучаемыми.

В большинстве случаев они естественны и не свидетельствуют об ошибках, допущенных тренером. Они вызывают целым рядом причин, постоянно присутствующих при обучении. Поэтому одна из важнейших задач обучения - предупреждение и исправление ошибок до того, как они закрепятся, поскольку укоренившиеся ошибки с трудом поддаются исправлению.

Выделяются следующие причины возникновения ошибок:

1. Неподготовленность занимающихся к усвоению нового учебного материала. Это может быть неподготовленность двигательного аппарата, отсутствие необходимого уровня развития физических и интеллектуальных качеств. Чтобы устранить эту причину, следует строже придерживаться принципа систематичности и последовательности, постоянно уделяя внимание интеллектуальной и физической подготовленности занимающихся;

2. Неправильные представления об изучаемом действии, являющиеся следствием невнимательности занимающихся, непонимания или использования недостаточно эффективных методов объяснения и показа [16].

Поэтому к изучению нового материала следует приступить только после предварительной подготовки занимающихся, когда они не утомлены и с интересом относятся ко всему новому. Необходимо также с особой тщательностью готовиться к объяснению, продумывая в деталях не только его содержание, но и форму, последовательность, сочетание с показом, и организацию внимания занимающихся;

Выявляемые ошибки устраняют своевременными указаниями и инструктированием, повторным показом и совместным (с тренером) выполнением в замедленном темпе, упрощением движения за счет его расчленения, выделением фазы, в которой выявлена ошибка, и ее изолированным разучиванием, повторным выполнением подводящих упражнений, упражнениями у зеркала и с партнером, указывающим на ошибки, упражнениями на тренажерах [19].

Одним из важных условий повышения эффективности соревновательной деятельности в футболе является надежность и устойчивость двигательных навыков по отношению к вариативным условиям игры. Поэтому упражнения с мячом должны проводиться в меняющихся условиях, чтобы расширять диапазоны подвижности формирующихся двигательных умений и навыков. Это осуществляется через:

- изменение обстановки, в которой действует спортсмен;
- изменение функционального состояния самого спортсмена;
- изменение задачи в ходе выполнения упражнений: облегчение или усложнение ее. При совершенствовании дальних передач с использованием приема «простого повторения» начинают с расстояний, удары с которых не требовали бы больших мышечных усилий. Методический прием «смежных заданий» предусматривает незначительное изменение направления полета мяча, дальности, высоты траектории. Совершенствуя точность передач мяча

или ударов по воротам с помощью методического приема «контрастных заданий», футболист должен в каждой новой попытке значительно изменять величину усилий, направление движения, амплитуду и т.п.

Наибольшую трудность для футболистов представляет изменение направления полета мяча при ударах в ворота по мячу, катящемуся сбоку и навстречу. В связи с этим полезно использовать прием «контрастных заданий» в сочетании с методическим приемом «простого повторения».

Прием «контрастных заданий» дает наибольший эффект в выработке пространственных дифференцировок в направлении движения, когда футболист уже в совершенстве владеет точным ударом и резкое изменение задания будет способствовать улучшению различительной деятельности центральной нервной системы и всего мышечно-двигательного аппарата.

Методический прием «сближаемых заданий» как бы объединяет в себя все перечисленные выше приемы. Его существо заключается в том, что после нескольких ударов, скажем трех повторений в одну цель, при ударах по воротам или на одно расстояние при передачах мяча (здесь как бы проглядывает прием «простого повторения»), резко меняются величина усилия, направление и дальность полета мяча (прием «контрастных заданий»). Затем происходит постепенное возвращение к исходному заданию [11].

1.2 Тактическая подготовка юных футболистов

Тактика - это совокупность методов коллективно организованных действий команды, направленных на преодоление сопротивления противника средствами спортивной борьбы.

Тактика игры складывается из индивидуальных и коллективных действий. Индивидуальные действия предполагают выбор места и в обороне и в атаке, отбор мяча, выполнение технических приемов в тактических целях (например, тактическая подготовка спортсменов ведение мяча, обводка соперника с целью создания численного преимущества).

Коллективные действия основываются на технической подготовленности игроков, тактическая подготовка спортсменов. На начальном этапе обучения, когда футболисты только осваивают азы тактики, первостепенная задача тренера - научить их ориентироваться и взаимодействовать в парах и тройках [24]. Для этого следует широко использовать не только игру в футбол, но и подвижные и другие спортивные игры и упражнения:

- подвижные игры, близкие футболу по характеру игровой деятельности, например «Пустое место», «У медведя на бору», «Салки», «Мяч среднему», «Не давай мяч водящему»;

- баскетбол и ручной мяч - (по упрощенным правилам);

- ведение мяча с остановками по зрительному сигналу;

- передачи мяча в парах и тройках на месте и в движении;

- игра в парах на малой площадке со взятием ворот, предусматривающая единоборство партнеров (обводка, отбор мяча) с участием двух - трех пар;

- упражнение 2х1 с задачей выбрать место для получения мяча (открывание);

- то же с задачей закрыть игрока;

- упражнения 2х1, 3х1, 4х1, 5х1 с задачей отобрать мяч;

- игра 2х2 с одним нейтральным игроком со взятием ворот на малой площадке (20х15 м); нейтральный играет за команду, владеющую мячом;

- игра 3х3 (без вратарей) и 4х4 (с вратарями) на малой площадке (30х20 м) со взятием ворот [27].

Тактика опирается на технику и физическую подготовку. Прежде чем осваивать сложные тактические варианты ведения игры, необходимо, чтобы физические способности игроков достигли соответствующего уровня. При изучении тактических приемов теория и практика должны идти параллельно. Значительная часть тактики может быть получена игроками независимо от навыков - она может быть им объяснена [22].

При преподавании тактики футбола сначала прививаются основные навыки индивидуальной тактики. Каждый игрок должен понимать когда (t), с

какой скоростью (V) и по какой траектории (S) начинать движение. К лучшему выбору действий в сложившейся ситуации способен лишь игрок с богатым тактическим арсеналом. В то же самое время необходима координация всех игровых действий команды, так как совершенствование знаний по индивидуальной тактике неразрывно связано с обучением навыкам взаимодействия [51].

В ходе тактической подготовки рассматриваются различные индивидуальные и коллективные приемы ведения игры при защите и при нападении. Тактический материал не одинаков для защитников и нападающих, но тем не менее частично совпадает. Исходя из этого можно использовать взаимозаменяемость игроков в отдельные моменты матчей. В современном футболе от защитника ждут активности в нападении, а от форварда - оказания помощи в обороне [46].

Наряду с относительно постоянными конкретными знаниями в поле зрения всегда должны быть и современные тенденции развития игры. Необходимо стремиться давать футболистам самые современные сведения. Игроки должны смотреть в будущее, опережая день сегодняшний.

Методика тактической подготовки в футболе

Вся работа над тактикой футбола - это больше практическая работа, чем теория. Теоретические занятия необходимы как вспомогательная и предварительная подготовка. Если команда и ее игроки недостаточно теоретически подготовлены, плохо представляют смысл и задачу групповых командных перемещений, то и польза от последующих практических занятий будет неполной [38].

Футбольное созревание проходит несколько этапов:

1. Восприятие и анализ игровых ситуаций. Главная цель теоретической подготовки на макетах (класс) - это сфокусировать задачу, показать ключевые моменты, на которые необходимо обратить внимание, а также обозначить индивидуальные действия футболистов, которые обеспечивают решение ситуации. Не следует слишком много времени тратить на объяснение задачи,

поскольку вся необходимая работа будет осуществляться на футбольном поле. Расходуя слишком много времени на объяснения, вы рискуете уйти от цели занятий, и все внимание команды переключится на второстепенные задачи. В нашем случае - это не легкая атлетика, где ученик заинтересован передать все свои индивидуальные ощущения, которые у него возникают на дорожке стадионах [29].

2. Мысленное решение ситуации.

3. Двигательное решение игровой ситуации.

Второй и третий этап охватывают два направления: мышление и действие.

Оба направления необходимо приспособить к практической работе на футбольном поле. Одним словом, нам необходим перенос теоретического материала (макет) в игру (поле). В работе над тактическими элементами необходим одновременно показ на макете и последующее практическое исполнение в игре. Игра ставится не словами и теорией, а практическими действиями и упражнениями на тренировочном поле. Такое использование средств (на макете) непосредственно на футбольном поле призвано акцентировать последующую реакцию и ощущение для обеспечения переноса усвоенного. На макете более доступно можно определить, какие действия и в каком порядке необходимо совершить игрокам, то есть мы задаем и решаем поставленную задачу в графической форме. Нам необходима подробная детализация для получения игроком большей конкретной информации. И чем чаще мы будем привлекать воспитанников к анализу необходимой ситуации, тем быстрее они определятся в ней [34].

Для уточнения еще раз повторимся: тренер всю тактическую ситуацию раскладывает на макете и потом требует ее практического исполнения на поле, тем самым виртуальная игра переносится в действие на поле. Важно не просто механическое повторение упражнений, а умение видеть и понять игровую идею. Это уже определенный стиль мышления, которому необходимо учиться.

Процесс совершенствования в нашем случае - это и есть последовательность смены действия и состояний в обучении.

Методика, восстанавливающая и повторяющая отдельные игровые моменты, полезна тем, что может переносить происходящее в игру. Это, конечно, важный методический прием, порождающий необходимый индивидуальный и групповой опыт. Такое обучение, при котором происходит одновременно собеседование и совершенствование, гарантирует полноту предлагаемой информации и получение постоянной обратной связи. Есть ошибки, которые видны сразу после исполнения, но есть ошибки, которые выявляются при анализе ситуации. Игровые моменты скоротечны и динамичны, и нам вряд ли удастся избежать ошибок. Именно на это и будет сориентирована последующая работа тренеров [42].

Именно тактические задачи и построения мы должны выделить в упражнения. К примеру: игра при угловых ударах, игра при штрафном ударе, развитие атаки, игра в защите и т.д. То, что мы рассматривали в методическом классе, должно воспроизводиться на поле и повторно корректироваться на макетах (поле).

Нам необходимо тренировать ситуацию или эпизод, отношение к нему, поиск выгодных позиций, то есть получить навыки решения игровых ситуаций - все то что мы рассматривали теоретически на макетах. Данный прием обогащает игроков навыками и умением, формирует основные мыслительные процессы, но не гарантирует творческих способностей. Развитие творческих способностей это уже другой подход и другая методика подготовки.

Последнее слово принадлежит не наигранным тактическим комбинациям, а игровому творчеству футболиста, будь это индивидуальная игра или целевые задачи всей команды [50].

Еще один важный момент, который нельзя упустить, - это подготовительные упражнения под тренируемую задачу, эпизод или действие, которое мы собираемся совершенствовать. Если поставлена задача «стандартных положений», то это игра головой, игра на опережениях и т.д.

Если «игра в линию», то это подготовительные упражнения различных перемещений, ускорений, скрещиваний и т.п.

Нам необходимо зафиксировать игру и увидеть, все ли сделано, как надо.

Во-первых, мы проверяем исполнение тактических задач, как результат нашей тренировочной работы, во-вторых, мы увидим, как воспринимает игрок все то, что от него требовали. Хватает ли его способностей исполнять наши требования. Надо дать понять ему, что его работа будет проверяться, тогда он будет анализировать, а мы в свою очередь на него воздействовать. В старших учебных группах желателен вариант, при котором игроки рассказывают о своей игре, кто и как понимает свои обязанности на поле, где он имеет право на импровизацию и где она должна быть ограничена. Таким образом, он формирует сценарий своей игры. Даже не важно, что он допустил ошибки и почему он так играл, главное то, что он думает об игре, анализирует ее и прогнозирует следующую.

Следующий этап тактического совершенствования искусственное изменение задач для скорости принятия решений в игровых ситуациях.

Скоростное исполнение и скорость принятия решений начинает быть и будет решающим фактором в дальнейшем совершенствовании. Главная задача тренера найти и подобрать соответствующие упражнения на всех периодах подготовки футболистов. То есть, мы моделируем игровые ситуации, приближенные по скорости и напряженности к соревновательной обстановке, а также ведение игры по определенной тактической схеме. При тактической подготовке важно целостное понимание задач тренировки для подбора необходимых средств. Если есть цель, тогда находятся и средства для ее совершенствования. Конечно, мы при этом теряем качество, но будем помнить, что качество -это достижение цели, но не сама цель. Рассматривая игру высокого уровня, заметим, что главный признак современного футбола отсутствие времени как на исполнение, так и на принятие тактических решений в игре [41].

Последующее совершенствование футбола это искусственное изменение стандартных и нестандартных ситуаций, решение поставленных задач с различных позиций, с изменением направления атаки, количества атакующих и т.д. Моделируя разнообразные требования и помехи, игроки обретают установку на их преодоление.

Игровая тактическая грамотность нашего воспитанника это уже обеспечение непрерывной оценки позиционной игры. Нам необходимо отследить каждое движение футболиста, выбор позиции, понимание игровых моментов, то есть развить способность анализировать игру. Если забивается гол или происходит голевой момент, то необходимо проследить движение всех игроков, которые непосредственно могли повлиять на ситуацию.

Наблюдая за действиями игрока, можно не только объяснить ошибочные действия, но и понять мотивы, движущие воспитанником. Чтобы игра, которая ему присуща, не вступила в противоречия с той игрой, которая ему не характерна. Мы формируем его постоянную готовность к игре, к решению игровых ситуаций, а это не что иное, как продолжение процесса совершенствования [39].

Для того чтобы изменить отношение или понимание игры, необходимо постоянное внимание. Действия и движения игрока должны быть адекватны игровой ситуации. Даже футболисты высокого уровня не всегда могут постоянно контролировать свою игру или игру в целом. Вполне естественно то, что не все обладают значительными волевыми усилиями, умением владеть собой в сложных ситуациях, а также концентрировать свое внимание. Игровое внимание это качество более широкое, которое отличается специфическими свойствами. Если кратко охарактеризовать, то это реагирование и прогнозирование перемещений и взаимодействий противника, происходящих одновременно.

Дальнейшей главной задачей тренера является необходимость научить воспитанника контролировать свою позиционную игру и свою постоянную готовность. Чтобы управлять ситуацией, необходимо находиться над ней, то

есть находиться на более высоком уровне. Эффект появляется тогда, когда игрок понимает суть происходящего и что ему при этом делать. Игрок, постоянно проигрывающий свои единоборства или неверно принимающий решения, может парализовать игру всей команды. Футбол, в плане обучения, сложный вид спорта, и наша задача добиться простого, эффективного и надежного выполнения всех технико-тактических элементов. В этом плане хочется обратить внимание коллег на готовность (физическую и психологическую) лучших команд Европы, которая, несомненно, тренируется.

Психологическая устойчивость и надежность вот что в первую очередь характеризует уровень лучших европейских футбольных команд [40].

1.3 Проблемы повышения эффективности розыгрыша комбинаций со стандартных положений

Изучение проблемы тактики выполнения комбинаций со стандартных положений, организации и взаимодействия игроков при розыгрыше комбинаций началось в 80-е годы. В последние годы, однако, в специальной литературе данная проблема освещается крайне редко. А ее значимость особенно возрастает в условиях стремительного увеличения скорости выполнения комбинаций, их разнообразия, точности и силы, роста скоростных и физических данных футболистов. Это позволяет в настоящее время считать розыгрыш комбинации со стандартного положения одним из средств активных атакующих действий, а действия игроков, выполняющих завершающий удар по воротам, представляют собой основную ценность команды [16; 42].

Выполнение комбинации со стандартных положений в атаке является одним из основных тактических средств игры. Способность команды вести активные атакующие действия определяется, прежде всего, умением игроков выполнять точные передачи мяча, занимать необходимые позиции на площадке. В современном футболе целенаправленное выполнение комбинации представляет значительную сложность. Особенно следует обратить внимание

на то, что игроки не всегда могут с достаточной точностью осуществить передачу мяча. В результате этого расстраиваются тактические замыслы и комбинации в нападении, и завершающий удар приходится выполнять против хорошо организованной обороны с далеких и неудобных для атаки зон футбольной площадки [8; 5].

Для повышения результативности игры в атаке вообще и при выполнении комбинации в частности в последние годы имеет место такое нововведение, как наличие связующего игрока. Важное значение в решении проблемы повышения результативности розыгрыша комбинации придают способности игроков своевременно перемещаться и занимать правильное исходное положение перед выполнением передачи, то есть технико-тактическим действиям, связанными с выбором места на футбольном поле для завершающего удара по воротам [9].

Известно, что выбор места относится к индивидуальным тактическим действиям. Они являются основой, «фундаментом» групповых и командных тактических действий, так как какую бы тактическую систему не приняла команда, осуществляется она конкретными игроками и зависит от их индивидуальных и тактических способностей.

В этой связи, рассматривая выбор места на футбольном поле как средство решения задач индивидуальной тактической деятельности, необходимо учитывать групповые и командные тактические действия. Кроме того, анализ одного компонента тактики (выбор места) изолированно, вне зависимости от других, не может дать полного представления о значении выбора места в игровой деятельности по той причине, что все средства тактики тесно взаимосвязаны между собой. Из этого можно сделать вывод, что согласованность, четкость в действиях игроков, наиболее целесообразное их расположение на футбольном поле непосредственно связаны с выбором места.

Таким образом, футболисты должны уметь занимать такие позиции на площадке, которые способствовали бы более успешному решению тактических задач, стоящих перед командой [14; 2; 3].

В специальной учебно-методической и научной литературе, к сожалению, еще не достаточно полно раскрыта проблема выбора места на футбольном поле при организации розыгрыша комбинаций. Отсутствуют также конкретные рекомендации, которые давали бы представления о закономерностях, являющихся основой для наиболее целесообразного и точного выбора места на футбольном поле.

Кроме того, авторы не раскрывают, как осуществить выбор места для отдельного игрока и какую расстановку принять команде в целом.

Розыгрыш комбинаций со стандартных положений является одним из основных технических приемов нападения. Для тактически грамотных действий игроку необходимо знать: свое месторасположение при розыгрыше в каждой расстановке; в каждой расстановке знать, куда направить мяч после передачи мяча. Мы не можем с этим не согласиться. Но авторы не уточняют как именно определить свое месторасположение для завершающего удара по воротам в каждой расстановке [7; 6].

Рациональное расположение игроков способствует сокращению ошибок в выполнении наигранной комбинации и лучшему осуществлению тактических замыслов. Говоря о выборе места для завершающего удара, автор указывает на то, что игрокам необходимо знать, как лучше занять исходное положение.

Умение своевременно выходить к «месту действия» и занимать правильное исходное положение, по его мнению, достигается систематически посредством постоянного контроля и указаний тренера [4; 50].

В учебниках «Футбол» для институтов физической культуры, рассматривая проблему выбора места для завершающего удара по воротам, авторы ограничиваются рекомендацией: игрок в первую очередь занимает наиболее удобную позицию, учитывая общую схему построения. Добавляя к этому, что при выборе места для удара по воротам необходимо помнить об условной зоне своих действий. В данном учебном пособии не поясняется, какая позиция для игрока каждой зоны наиболее удобная, как определить зону своих действий на футбольной площадке [5; 6; 2].

Успешность тактических действий футболистов при выполнении наигранной комбинации зависит от уровня быстроты реакции, ориентировки и быстроты перемещения, владения в совершенстве техникой, а также во многом зависит от выбора места и принятия исходного положения для отдельного игрока [7].

Предварительный выход к мячу и точный выбор места на футбольном поле становится возможным в результате восприятия и переработки срочной информации, поступающей как от внешних раздражителей, так и определенных отделов памяти, накопленной в процессе спортивной тактической деятельности. Как известно, сенсомоторные процессы тактического действия протекают в трех фазах: восприятия и анализа соревновательной деятельности; мысленного решения специальной тактической задачи; двигательного решения тактической задачи. Первые две фазы называются скрытым периодом тактического действия [47].

Под открытым периодом понимается третья фаза – двигательное осуществление тактического решения. Причем, определяющая роль при решении тактической задачи принадлежит первой фазе, потому что несвоевременное восприятие и неточный анализ соревновательной ситуации отрицательно влияет на последующие действия игрока и команды. Но, несмотря на определяющее значение первой фазы, самым сложным является мысленное решение тактической задачи и определение оптимального варианта тактического действия в минимальные отрезки времени. Способность футболиста быстро и правильно принимать решения, адекватные складывающейся обстановке, во многом определяет уровень его тактического мастерства [2; 15; 38].

Исследования позволяют сделать вывод: никакого познавательного чувства, интуиции, субъективных ощущений, которые оказывают влияние на построения игроков, нет. И главное место в предугадывании развертывающейся на футбольном поле ситуации занимают объективные данные, которые игроки реально видят своими глазами. Такими объективными данными тренеры и

футболисты считают следующие критерии, способствующие занятию правильного исходного положения на футбольном поле при организации розыгрыша найгранной комбинации [7; 8]:

- индивидуальные особенности и уровень подготовленности игрока, выполняющего завершающий удар по воротам;

- индивидуальные особенности и уровень подготовленности партнеров по команде;

- расположение партнеров по команде, участвующих в розыгрыше комбинации;

- индивидуальные особенности и уровень подготовленности игрока, выполняющего первую передачу;

- согласованность и взаимодействие всех членов команды, соблюдение игровой дисциплины [6].

Можно с уверенностью сказать, что только полное знание и учет этих факторов определяют формирование тактического умения предугадывать соревновательные ситуации, возникающие в игре, способствуют выработке так называемой «интуиции».

У многих тренеров, специалистов и игроков существует мнение, что способность к предвидению событий на футбольном поле, умение разгадывать тактические замыслы соперников приобретаются и совершенствуются в процессе тренировочных игр и соревнований и проходят лишь с игровым опытом, накопленным на протяжении соревновательной деятельности спортсмена. С этим нельзя не согласиться. Можно лишь поставить под сомнение оправданность такого подхода при формировании тактических умений и навыков [9; 32].

Общеизвестно, что процесс приобретения игрового опыта требует длительного времени, то есть кумулятивный эффект тактической подготовки носит отставленный характер – проявляется через определенное время. И нередко наблюдаются случаи, когда футболисты, имеющие богатый игровой опыт, а, следовательно, и высокоразвитые тактические способности, не в

состоянии физически осуществить тот или другой весьма рациональный тактический замысел в связи с возрастными изменениями в организме. Поэтому надеяться на повышение эффективности атакующих действий только за счет приобретаемого в процессе спортивной деятельности игрового опыта, с нашей точки зрения, нецелесообразно. Необходим научный поиск новых средств и методов оптимизации тактических действий футболистов для организации розыгрыша наигранной комбинации при наименьшей затрате сил и, главное, времени [6; 29; 5; 8].

2 МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1 Методы исследования

Для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования:

1. Анализ научно-методической литературы.
2. Анкетирование тренеров и спортсменов.
3. Контрольные испытания.
4. Педагогический эксперимент.
5. Методы математической статистики.

Анализ научно-методической литературы

В целях изучения современного состояния исследуемого вопроса и обобщение имеющихся данных был предпринят теоретический анализ специальных литературных источников, посвященных проблеме. При этом анализировались доступные нам отечественные и зарубежные источники. Тем самым была сформирована теоретическая база осуществленного исследования.

Анкетирование тренеров и спортсменов

С целью выяснения практического состояния изучаемой проблемы было проведено анкетирование тренеров и футболистов.

Для проведения анкетирования была разработана анкета по изучению факторов, влияющих на эффективность реализации розыгрыша стандартных положений (приложение А).

Было проведено интернет-анкетирование спортсменов и тренеров.

Контрольные испытания

В ходе наших исследований применялись тесты, динамика показателей в которых позволяла судить об уровне подготовленности футболистов по основным видам подготовки: теоретической, специальной физической, технико-тактической. Также оценивалось эффективность атакующих действий

отдельных игроков в каждой из зон атаки и командная эффективность игры в нападении.

Тестирование уровня теоретической подготовленности. Оценка уровня теоретической подготовленности футболистов по теме «Тактические действия в атаке» осуществлялась на основе решения спортсменами задач на компьютерах. По программе занимающимся предлагалось решить тактические задачи, связанные с расположением на схеме футбольного поля игроков в заданной типовой игровой ситуации. Всего предлагалось 20 ситуаций. Критерием уровня теоретической подготовленности служили быстрота и правильность ответов на предъявляемые тактические задачи. В итоге программа автоматически выставляла комплексную оценку по пятибалльной системе.

Тестирование уровня специальной физической подготовки. Показателями уровня специальной физической подготовки является тест – бег 3x10 м («челночный бег»). Фиксировалось время выполнения упражнения. Показанный результат оценивался в баллах: 9,5 сек и более – 1 балл; 9,4-9,2 сек – 2 балла; 9,1-8,6 сек – 3 балла; 8,5-8,3 сек – 4 балла; 8,2 сек и менее – 5 баллов.

Тестирование технико-тактической подготовки включает в себя выполнение передачи мяча на точность, попадания мяча в заданную точку футбольной площадки.

Оценка эффективности атакующих действий. Показатели эффективности атакующих действий при розыгрыше комбинаций характеризовали способность футболистов реализовывать в соревновательных условиях навыки, полученные в процессе теоретической, технико-тактической, специальной физической и других видов подготовки. Оценка эффективности атакующих действий в поле осуществлялась по общепринятым методикам, позволяющим определять в процентном выражении количество выигранных (проигранных) мячей при розыгрыше комбинаций отдельными игроками в каждой из зон атаки. Путем суммирования полученных данных определялась командная эффективность атакующих действий.

Данные по всем исследуемым показателям специальной подготовленности футболистов были сняты в исследуемых группах в начале и в конце педагогического эксперимента.

Педагогический эксперимент

В качестве основного метода исследований был избран педагогический эксперимент.

Данный метод применялся для проверки выдвинутой гипотезы. В качестве экспериментальной базы было избрано ДЮСШ.

Эксперимент по направленности был сравнительным, по условиям проведения – естественным. В связи с тем, что эксперимент проводился в течение всего учебного года, у его участников была возможность принимать участие во всех официальных соревнованиях, что позволило расширить рамки экспериментально воздействия. Для участия в эксперименте были отобраны 24 футболиста 14 – 16 лет, учащиеся ДЮСШ, из которых были сформированы две группы – «А» и «Б», по 12 человек в каждой.

Оценка уровня спортивной подготовленности футболистов показала, что между группами существенных различий нет. Не было разницы и в спортивной квалификации.

Непосредственно формирующий эксперимент продолжался 1 год. Всего было проведено 240 учебно-тренировочных занятий, 120 из которых – по экспериментальной программе. Занятия в обеих группах проводились одним и тем же преподавателем.

Основной формой организации учебно-тренировочных занятий был урок продолжительностью 120 минут, состоящий из трех частей: подготовительной, основной и заключительной. Дополнительной формой организации занятий служили соревнования, которые проводились в виде товарищеских встреч и официальных турниров.

Эффективность воздействия экспериментальной программы определялась по динамике показателей теоретической, специальной физической, технико-

тактической подготовленности спортсменов и по эффективности атакующих действий при розыгрыше комбинаций в условиях соревнований.

Методы математической статистики

Обработка результатов исследования проводилось с помощью современных методов статистического анализа [8]. Применение математических методов статистики в исследованиях заключалось в количественном анализе экспериментальных данных и установлении взаимосвязи и взаимозависимости между ними. Такой анализ предоставляет широкие возможности для более глубокого изучения механизмов обучения двигательным действиям, для выявления наиболее эффективных путей целенаправленного развития физических качеств и двигательных способностей.

Определение достоверности различий по t- критерию Стьюдента

Вычислить среднюю арифметическую величину для каждой группы в отдельности:

$$M = \frac{\sum V}{n}; \quad (1)$$

где \sum - знак суммирования;

V – полученные в исследовании значения (варианты);

n – число вариантов.

1. В обеих группах вычислить среднее квадратичное отклонение:

$$\sigma = \frac{\sqrt{V_{\max} - V_{\min}}}{K} \quad (2)$$

где V_{\max} - наибольшее значение варианты;

V_{\min} - наименьшее значение варианты;

K – табличный коэффициент, соответствующий числу измерений в группе.

Вычислить стандартную ошибку среднего арифметического:

$$m = \pm \frac{\sigma}{\sqrt{n-1}}; \quad (3)$$

где n – число измерений,

2. Вычислить среднюю ошибку разности:

$$t = \frac{M_3 - M_k}{\sqrt{m_b^2 + m_k^2}}; \quad (4)$$

3. Достоверность различий определяют по таблице вероятностей $p / t/ \geq /t1/$ по распределению Стьюдента (t – критерий Стьюдента). Для этого полученное значение (t) сравнивается с граничным при 5%-ном уровне значимости ($t_{0,05}$) при числе степеней свободы $f=n_3+n_k-2$, где n_3 и n_k - общее число индивидуальных результатов соответственно в экспериментальной и контрольной группах.

2.2 Организация исследования

Исследование проводилось в течение 2014-2016 г.г. на базе ДЮСШ и состояло из пяти этапов.

Первый этап (сентябрь-октябрь 2014). Исходя из изучаемой проблемы были выделены объектная область, предмет и объект исследования. Затем была сформулирована тема работы, а так же выдвинута рабочая гипотеза, определена цель и поставлены основные задачи исследования.

На втором этапе (ноябрь-декабрь 2014) проводились: теоретический анализ и обобщение литературных данных, педагогические наблюдения за соревновательной и тренировочной деятельностью, подбор и подготовка испытуемых для предварительно-поискового эксперимента и его проведения. Итогом второго этапа явилось формирование концептуальной схемы исследования.

На третьем этапе (январь-март 2015) осуществлены разработка модели атакующих действий футболистов на площадке и оптимальных расстановках игроков при розыгрыше комбинаций. На этой основе была создана экспериментальная программа формирования у футболистов технико-тактических действий при розыгрыше наигранных комбинаций со стандартных положений в атаке.

В ходе четвертого этапа (апрель 2015 – май 2016) был проведен формирующий педагогический эксперимент, по результатам которого оценивалась эффективность экспериментальной программы обучения футболистов технико-тактическим действиям со стандартных положений в нападении.

На пятом этапе (апрель-май 2016) осуществлялась математико-статистическая обработка полученных в ходе исследования данных и их интерпретация. Завершением работы в целом явилось формирование выводов и оформление работы и внедрение результатов исследования в тренировочный процесс.

3 РАЗРАБОТКА ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ МЕТОДИКИ И ПРОВЕРКА ЕЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ

3.1 Экспериментальная методика формирования у футболистов

14 – 16 лет технико-тактических действий при розыгрыше стандартных положений

Принцип построения экспериментальной методики основан на концепции формирования у футболистов специальных знаний, умений и навыков, связанных с организацией действий при розыгрыше стандартных положений.

При этом процесс обучения предлагается рассматривать как процесс поэтапной выработки специальных приёмов и операций, основанных на синтезе умственной и моторной деятельности спортсменов.

Структура учебно-тренировочных занятий в предлагаемой методике имела следующий вид: первая часть занятия - теоретическая, вторая часть - практическая. В первой части занятия излагались теоретические аспекты, касающиеся общих и частных вопросов тактики розыгрыша наигранных комбинаций со стандартных положений. Перед выполнением упражнения в реальных условиях (на футбольном поле) футболисты осваивали их в классе.

Параллельно осуществлялась коррекция качества решения со стороны тренера. Кроме того, использовались видеосюжеты действий спортсменов высокой квалификации, как в типовых игровых ситуациях, так и в нестандартных ситуациях. После того, как вариант предстоящих действий прочно сформировался в умственном плане, занимающиеся переходили ко второй части занятий - практической, в которой решались задачи физической и технико-тактической подготовки. Ведущее место в процессе подготовки футболистов занимали технико-тактические упражнения, а также контрольные и календарные игры. Но формирование тактических умений и навыков начиналось ещё с подготовительных и подводящих упражнений.

В конечном итоге, экспериментальная методика формирования у футболистов 14 – 16 лет технико-тактических действий при розыгрыше найгранных комбинаций со стандартных положений в атаке сводилась к решению следующих задач:

1) приобретение занимающимися специальных теоретических знаний об оптимальных стратегиях действий при розыгрыше найгранных комбинаций;

2) обучение футболистов практическому использованию оптимальных стратегий действий при розыгрыше найгранных комбинаций в различных игровых ситуациях;

3) обучение коррекции первоначально избранной стратегии с учётом неожиданно изменившейся игровой обстановки;

4) развитие специальных физических качеств, необходимых для выполнения действий при розыгрыше комбинаций со стандартных положений;

5) обучение футболистов рациональным способам перемещений и другим техническим приёмам при розыгрыше стандартных положений;

б) развитие творческой инициативы, самостоятельности и активности занимающихся.

При решении задач обучения атакующим действиям использовались следующие методические приёмы:

- изучение теоретического раздела программы по тактике;
- решение задач по тактике действий при розыгрыше найгранных комбинаций со стандартных положений в атаке в классе с последующим анализом результатов решения совместно с тренером;
- изучение видеоматериалов о действиях футболистов высокой квалификации в условиях соревнований;
- моделирование игровых ситуаций при выполнении комбинаций в атаке;
- постепенное повышение объёма и увеличение разнообразия упражнений проблемного характера;

- сокращение отрезка времени, отводимого для принятия решения при одновременном усложнении вариативности действий соперника и партнёров по команде;

- постепенное увеличение силы и скорости выполнения комбинаций и завершающего удара;

- индивидуализированное применение тренировочных средств;

- выполнение упражнений после предварительных действий, предшествующих технико-тактическому приёму (перемещения, прыжки, технические приёмы и т.п.);

- переключение в технико-тактических действиях.

На начальных этапах обучения при изучении в упрощённых условиях, сложные технико-тактические действия изучались по частям с применением зрительных сигналов и ориентиров. На этапе закрепления изучаемых технико-тактических действий при выполнении комбинации широко применялись графическая, стенографическая и видеозапись с последующим анализом действий своих и соперника.

Выбор средств обучения действиям при завершающем ударе по воротам был обусловлен изучавшимися типовыми игровыми ситуациями. Для всех используемых упражнений главным было моделирование ситуаций взаимодействий игрока, начинающего комбинацию и игрока, выполняющего завершающий удар по воротам. Первоначально, игроки, действовали в облегчённых условиях. Им предварительно сообщалась информация о расстановке других игроков (сектор передачи, способ и направление передачи) и действиях партнёров по команде (действия игроков, участвующих в атакующих действиях и их расположение). Постепенно сложность игры при розыгрыше комбинации повышалась за счёт возрастания числа неизвестных факторов. Усложнение действий игроков происходило путём искусственного создания ситуаций, когда игрок защиты имел физическое превосходство.

Повышение интенсивности действий при выполнении комбинаций в учебных играх достигалось путём введения ряда ограничений. И, наконец,

организация действий при розыгрыше достигало высшей степени сложности в реальных условиях соревновательной деятельности.

Методика обучения индивидуальным технико-тактическим действиям при розыгрыше комбинаций

Основой индивидуальных технико-тактических действий при выполнении комбинации является умение футболистов своевременно и точно выбирать место на футбольной площадке при розыгрыше комбинаций. Без успешного овладения этим элементом атакующих действий эффективное решение последующих задач обучения практически неосуществимо.

Развитие специальных качеств и содействие формированию тактических умений в процессе подготовительных упражнений. В процессе подготовительных упражнений решалась задача развития у футболистов быстроты реакции, быстроты ответных действий, быстроты перемещений, наблюдательности, ориентировки, скорости переключения с одних движений и действий на другие, т.е. качеств, обуславливающих своевременность выбора места на футбольной площадке при выполнении комбинации. Основную часть подготовительных упражнений составляли упражнения на быстроту перемещений различными способами из разных исходных положений с остановкой, изменением направления и выполнением заданий на сигналы (преимущественно зрительные).

Воспитание тактических умений в процессе подводящих упражнений.

Несмотря на то, что основной задачей подводящих упражнений является облегчение и ускорение овладения футболистами рациональной техникой, по мере усвоения упражнений, в них включался тактический элемент выбора атакующих действий в ответ на сигнал или "по ситуации" (расположение игроков,). Среди подводящих упражнений большое место занимали имитационные упражнения в сочетании с перемещениями и ударами.

Особенностью разработанной методики является ее направленность на точное определение игроками точек их расположения на футбольном поле перед выполнением технико-тактического приема в атаке (с точностью до 0,5

м). С этой целью на начальных этапах обучения на футбольной площадке была сделана разметка наиболее вероятных зон футбольной площадки при выполнении комбинации. В учебно-тренировочном процессе применялись общепринятые подводящие упражнения, но с учетом вероятных зон футбольной площадки при выполнении комбинации, т.е. все атакующие технико-тактические действия выполнялись в наиболее вероятных зонах футбольной площадки.

Обучение индивидуальным действиям в процессе технико-тактических упражнений. В процессе технико-тактических упражнений решалась задача обеспечения высокой степени надежности выполнения рациональных атакующих действий в сложных игровых условиях.

Прежде чем приступить к практическому выполнению упражнений занимающиеся изучали теоретический раздел тактики атаки. В сочетании с проделанной работой в процессе подготовительных и подводящих упражнений теоретическая подготовка служила прочной основой для овладения умениями и навыками индивидуальных тактико-технических действий в атаке. Суть технико-тактических упражнений сводилась к тому, что в них целенаправленно создавались условия, в которых игроку предстояло сделать выбор наиболее целесообразного в конкретной игровой ситуации атакующего действия. При этом предусматривалось постепенное повышение уровня проблемности предлагаемых упражнений. В процессе выполнения упражнений тренер давал оценку эффективности выбранного игроком технико-тактического приема и вносил соответствующие коррективы.

Особенностью данной методики обучения футболистов индивидуальным действиям в атаке являлась необходимость выполнения технико-тактических приемов в строго очерченной зоне (участки наиболее вероятностного распределения) с учетом зон ответственности за выполнение передачи или завершающего удара по воротам. Так же, как и при проведении подводящих упражнений, применялась разметка наиболее вероятных зон футбольного поля.

Методика обучения групповым технико-тактическим действиям при розыгрыше комбинаций

Групповые технико-тактические действия, с одной стороны, полностью опираются на индивидуальные действия, а с другой – они входят в ту или иную систему игры в атаке, т.е. в командные технико-тактические действия в атаке, отражая их специфику. Групповые технико-тактические действия предусматривают взаимодействия нескольких игроков в отдельных положениях.

Взаимодействия игроков атаки между собой. Взаимодействия игроков между собой определялись мастерством владения атакующими действиями.

Основной задачей, стоящей перед обучением и совершенствованием групповых технико-тактических действий при выполнении комбинаций являлась задача обеспечения высокого уровня слаженности и согласованности действий игроков в атаке. Поэтому при организации атакующих действий на футбольном поле футболисты руководствовались правилами, определяющими основную и дополнительную зоны их действий. Согласно разработанным вариантам расстановок основными считались наиболее вероятностные зоны футбольного поля при выполнении комбинации. Занимающиеся, учитывая вероятность распределения, занимали такие исходные положения на футбольном поле, которые обеспечивали максимальную эффективность завершающего удара по воротам. Дополнительными считались зоны, которые оставались свободными в результате нерациональных действий партнеров по команде.

Условия выполнения упражнений (подготовительных, подводящих, технико-тактических) постепенно усложнялись путем:

- а) увеличения числа взаимодействующих игроков защиты;
- б) увеличения числа зон атаки;
- в) сочетания сначала известных факторов, затем – с постепенным увеличением числа неизвестных факторов;

- г) моделирования ситуаций в атаке;
- д) введения соревновательного критерия.

С учетом этих требований и на основе ранее изложенных в данной главе строились все упражнения для обучения и совершенствования групповых технико-тактических действий в атаке.

В предлагаемых упражнениях взаимодействия игроков атаки представлялись так, как это имеет место в игре. Основа построения этих упражнений – выбор атакующего действия с учетом обстановки, которая "монтировалась" перед выполнением упражнения, ставя игроков в условия дефицита времени и увеличивая число позиций выбора. Тренер в процессе выполнения упражнений оценивал и корректировал взаимодействия игроков.

В итоге, методика была нацелена на обеспечение своевременного и точного выхода игроков атаки на исходные положения для завершающего удара по воротам в период подготовки к выполнению комбинации и тщательной коррекции расположения футболистов в зависимости от зоны атаки и характера игры защиты. Кроме того, при коррекции исходного положения учитывались действия партнеров по команде.

Методика обучения командным технико-тактическим действиям при розыгрыше комбинаций

Командные технико-тактические действия при выполнении комбинации определяются взаимодействием игроков для завершающего удара по воротам. Организация взаимодействий игроков атаки зависит от используемой командой системы игры в атаке. В выполнении упражнений участвует вся команда.

Участие в командных технико-тактических упражнениях полного игрового состава позволяло тренеру осуществлять обучение занимающихся технико-тактическим действиям в соответствии с разработанным алгоритмом атакующих действий при выполнении комбинации. При этом обращалось особое внимание на точном выполнении алгоритмических предписаний в каждой подфазе атакующих действий, с учетом действий игроков защиты и партнеров по команде.

Важное значение для повышения технико-тактического мастерства футболистов имели задания на переключение в действиях: начиная от переключения в индивидуальных действиях в атаке, затем – то же, но в групповых и командных.

Ведущее место при совершенствовании командных технико-тактических действий в атаке занимал метод моделирования действий игроков защиты и партнеров по команде, а также система заданий, когда "противник" создавал необходимые условия для выполнения определенного атакующего действия. Повышение эффективности командных действий в атаке осуществлялось наиболее результативно во время контрольных игр и соревнований. При этом использовались, так называемые "установки на игру", стенографическая, графическая и видеозаписи игр с последующим разбором игровых действий.

Распределение учебного материала в процессе обучения футболистов технико-тактическим действиям в атаке имело следующие временные пропорции:

- 60% времени приходилось на упражнения, связанные с организацией атакующих действий в стандартных ситуациях, когда соперник осуществлял защитные действия при выполнении комбинации;

- 35% времени отводилось на упражнения в противодействии, предусматривающие множественную смену ситуаций. Эти облегчающие атаку факторы позволили повысить плотность и интенсивность атакующих действий. Кроме того, проигранные ситуации заставляют игроков, принимать решения в более узких временных рамках, что характерно для современного футбола;

- 5% времени предназначалось для упражнений, предусматривающих действия футболистов в нестандартных ситуациях (игра в атаке, когда игроки не успевают организовать атакующие действия или, наоборот, когда атакующие действия осуществляются с опережением).

Особенностью применяемых при обучении технико-тактическим действиям в атаке упражнений являлось создание проблемных ситуаций, в которых футболисту предстояло сделать выбор решения на основе

поступающей информации и прогнозирования вероятного течения игровой ситуации. С целью постепенного повышения уровня проблемности был разработан комплекс упражнений, серии в котором, в свою очередь, состоят из двух ступеней. В каждой серии упражнений на первой ступени осуществлялось обучение атакующим действиям в облегченных условиях: при неподвижном игроке защиты и заранее известной зоне атаки, способе и направлении комбинации. Вторая ступень предусматривала приобретение навыков завершающего удара по воротам в вариативных условиях, когда соперник действовал произвольно. Основными методами проведения упражнений второй ступени были игровой и соревновательный.

Первая серия упражнений соответствовала первому уровню проблемности и способствовала формированию знаний, умений и навыков индивидуальных технико-тактических действий при розыгрыше комбинаций. Упражнения этой серии использовались для перевода действий, сформированных в умственном плане во время теоретической подготовки, в практические навыки атакующих действий в игровых условиях. В процессе выполнения упражнений перед занимающимися ставилась задача - научиться своевременно и правильно (с точностью до 0,5 м) выбирать место на футбольном поле для завершающего удара по воротам в типовых игровых ситуациях и выполнять наиболее эффективный технико-тактический атакующий прием в зависимости от сложившейся игровой обстановки.

Вторая серия соответствовала второму уровню проблемности и была направлена на формирование навыков взаимодействия игроков атаки между собой при организации выполнения комбинации. Перед выполнением упражнений определялись зоны ответственности игроков за выполнение завершающего удара по воротам в зависимости от их индивидуума, явных возможностей, определялись основная и дополнительная зоны атаки. Упражнения данной серии решали задачу обеспечения согласованности, слаженности игроков при организации групповых атакующих действий. Для этого моделировались типовые "фрагменты" игровых ситуаций,

практиковалось распределение "ролей" между занимающимися. Большое внимание уделялось формированию способности быстро перестраивать первоначально принятое решение в случае внезапно изменившейся игровой ситуации.

Третья серия решала задачу формирования навыков коллективного взаимодействия, которое проявлялось в командной тактике. Перед выполнением упражнений распределялись функциональные обязанности между игроками. Как и в предыдущих сериях, принцип построения упражнений основывался на постепенном повышении сложности организации атакующих действий: сначала команда осуществляла атакующие действия, имея численное преимущество перед игроками защиты (игра в атаке против одного защитника); затем число игроков защиты увеличивалось до двух, трех и четырех.

Сложность атакующих действий повышалась за счет включения в упражнения тактических комбинаций. Третья серия соответствовала третьему уровню проблемного метода обучения.

Методика проведения упражнений во всех трех сериях предусматривала обязательное изучение специальных знаний по тактике атаки. Техничко-тактические упражнения выполнялись после подготовительных и подводящих упражнений, в процессе которых основное внимание уделялось развитию скорости перемещений различными способами из разных исходных положений, формированию навыков своевременного и правильного выбора места на футбольном поле и практического применения наиболее рациональных способов и технических приемов при выполнении комбинации.

При проведении упражнений осуществлялся тщательный контроль со стороны тренера за качеством их выполнения.

3.2 Результаты исследования технико-тактических действий футболистов при розыгрыше стандартных положений

Одним из основных положений в вопросе повышения эффективности атакующих действий является то, что игрок, выполняющий завершающий удар по воротам, должен знать и своевременно занимать такое расположение на футбольном поле при розыгрыше комбинации, чтобы результативность завершающего удара была максимальной. Результаты анкетирования подтвердили это положение: большинство тренеров и футболистов (89%) считают, что успешность атакующих действий при розыгрыше комбинации зависит от правильности и своевременности выбора места на футбольном поле и от согласованности действий всех игроков команды. Поэтому при проведении анкетирования решалась задача изучения факторов, влияющих на выбор места на футбольном поле при розыгрыше стандартных положений.

При изучении результатов анкетирования по вопросу факторов, влияющих на рациональный выбор места на футбольном поле при розыгрыше стандартных положений (таблица 1), выяснилось, что абсолютное большинство футболистов (74,6%) к числу наиболее приоритетных критериев относят: задание тренера; индивидуальные особенности и уровень подготовленности игроков; систему игры в нападении атакующей команды; взаимодействие игроков атакующей команды.

Из общего числа опрошенных, 15,7% при выборе места на футбольной площадке обращают внимание, в первую очередь, на характер передачи для завершающего удара. Часть спортсменов (8,6%) считают наиболее важными критерием индивидуальные особенности и уровень подготовленности игроков защиты, их расположение на футбольном поле. Некоторые футболисты (3,3%) считают определяющим критерием движение и расположение футболиста в момент выполнения завершающего удара по воротам.

Таблица 1 – Критерии, влияющие на выбор места на футбольном поле при розыгрыше стандартных положений

Критерии, влияющие на выбор места на площадке при розыгрыше комбинаций	Порядок приоритета	
	спортсмены	тренеры
Задание тренера по организации атакующих действий	1	1
Система игры в защите обороняющейся команды	8	6
Система игры в нападении атакующей команды	3	11
Индивидуальные особенности и уровень подготовленности игрока атакующих игроков	2	5
Индивидуальные особенности и уровень подготовленности игроков защиты	9	7
Характер передачи для завершающего удара по пространственно-временным параметрам: расстояние, траектория, скорость передачи и удаленность от ворот	5	4
Зона, из которой выполняется удар по воротам	7	8
Взаимодействие игроков атакующей команды в период подготовки к атаке	4	3
Движение футболиста в момент выполнения завершающего удара по воротам (разбег, финты, замахи, удар)	10	9
Расположение игроков обороняющейся команды	11	10
Игровой опыт футболиста, его интуиция и предугадывание игровой ситуации	6	2

Анализ полученных данных позволяет констатировать, что определяющим критерием, влияющим на выбор места на футбольном поле при розыгрыше комбинации, футболисты считают индивидуальные особенности и уровень подготовленности атакующих игроков (66%). Во вторую очередь футболисты обращают внимание на взаимодействие игроков атакующей команды в атаке (50,5%). По нашему мнению, именно эти критерии являются основными, так как от них зависит своевременность и точность выбора места для завершающего удара по воротам а, следовательно, и его эффективность.

К числу менее приоритетных критерий, влияющих на выбор места на футбольном поле при розыгрыше комбинации респонденты отнесли такие, как характер передачи для завершающего удара по пространственно-временным параметрам (порядок приоритета – 5), игровой опыт футболиста, его интуиция и предугадывание игровой ситуации (6), система игры в защите обороняющейся команды; зона, из которой выполняется удар по воротам (7), индивидуальные особенности и уровень подготовленности игроков защиты (8), движение и расположение футболиста в момент выполнения завершающего удара по воротам (разбег, финты, замах, удар) (9), расположение игроков обороняющейся команды (10). Следует отметить, что подавляющее большинство спортсменов (88,7%) считают указания тренера при организации розыгрыша комбинации определяющими (порядок приоритета – (1) , но предпочитают действовать «по ситуации».

Анализ результатов анкетирования тренеров показал, что они выражают единодушие с игроками по отношению к указанию тренера при организации атакующих действий (1). Важным критерием тренеры считают игровой опыт футболиста, его интуицию и предугадывание игровой ситуации (2). Большое значение при выборе места на футбольном поле при розыгрыше комбинации, по мнению тренеров, имеют такие критерии, как характер передачи для завершающего удара по пространственно-временным параметрам (3, 4), индивидуальные особенности и уровень подготовленности игрока атакующих игроков (5), система игры в защите обороняющейся команды (6), индивидуальные особенности и уровень подготовленности игроков защиты (7).

Менее значимыми критериями тренеры считают следующие: расположение игроков обороняющейся команды и движения футболиста в момент выполнения завершающего удара по воротам (разбег, финты, замах, удар) (8,9), система игры в нападении атакующей команды (10).

Сведения, полученные в результате анкетирования тренеров, позволяют сделать вывод о том, что они переоценивают значение своих указаний по организации технико-тактических действий. В соревновательной практике, во

время футбольных встреч, игрокам нередко приходится действовать в, так называемых, нестандартных ситуациях, когда жесткое следование установкам тренера не всегда бывает оправданным.

3.3 Результаты педагогического эксперимента

Одной из основных сторон спортивной тренировки, как и любого другого педагогического процесса, является обучение. В качестве слагаемых обучение включает обучающую деятельность преподавателя и учебно-познавательную деятельность обучаемых. Общая суть этой совместной деятельности заключается в стремлении оптимизировать процесс обучения и совершенствования. В наших исследованиях оптимизация связана с рационализацией атакующих действий, что во многом зависит от приобретения занимающимися верных знаний о сути, правилах и условиях их выполнения.

Но превращение знаний в действие может произойти лишь на основе его практического осуществления. Поэтому для обоснования экспериментальной методики формирования у футболистов атакующих технико-тактических действий при розыгрыше наигранных комбинаций из стандартных положений был проведен педагогический эксперимент. Эффективность избранной методики оценивалась по величине сдвигов, происшедших в исследуемых компонентах специальной подготовленности мини-футболистов и результативности игры в атаке.

Совершенствование в технико-тактической деятельности невозможно без достаточно высокого уровня подготовленности игроков. Это положение подтверждается в ряде исследований. Большое внимание при этом уделяется совершенствованию психомоторных качеств и тактического мышления спортсменов. Подтверждение зависимости эффективности игры при розыгрыше комбинаций от уровня специальной подготовленности игроков в нашем исследовании мы получили в результате анализа выполнения футболистами тестов по теоретической, специальной физической и технико-

тактической подготовке. Результаты исследования специальной подготовленности футболистов и эффективности тактических действий при розыгрыше найгранных комбинаций представлены в таблицах 2-3.

При анализе тестирования спортсменов выявлено, что до начала эксперимента между обеими группами (контрольная - «Б» и экспериментальная - «А») существенных различий в уровнях подготовленности не имеется.

В эксперименте опытной являлась группа «А». После окончания этого этапа в ней обнаружилось существенное повышение уровня специальной подготовленности и эффективности при розыгрыше комбинаций (таблица 1).

Таблица 2 – Показатели специальной подготовленности и эффективности розыгрыша комбинаций футболистов групп «А» и «Б» до эксперимента

Показатели	До эксперимента Группа А	До эксперимента Группа Б	t	t табл
Теоретическая подготовленность, балл	2,96±0,2	2,79±0,12	1,18	2,07
Специальная физическая подготовленность, балл	4,64 ±0,14	4,58 ±0,13	1,15	2,07
Технико-тактическая подготовленность, балл	2,92 ±0,23	2,83±0,21	1,24	2,07
Командная эффективность розыгрыша комбинаций, %	6,4±0,75	6,3±0,43	1,31	2,07

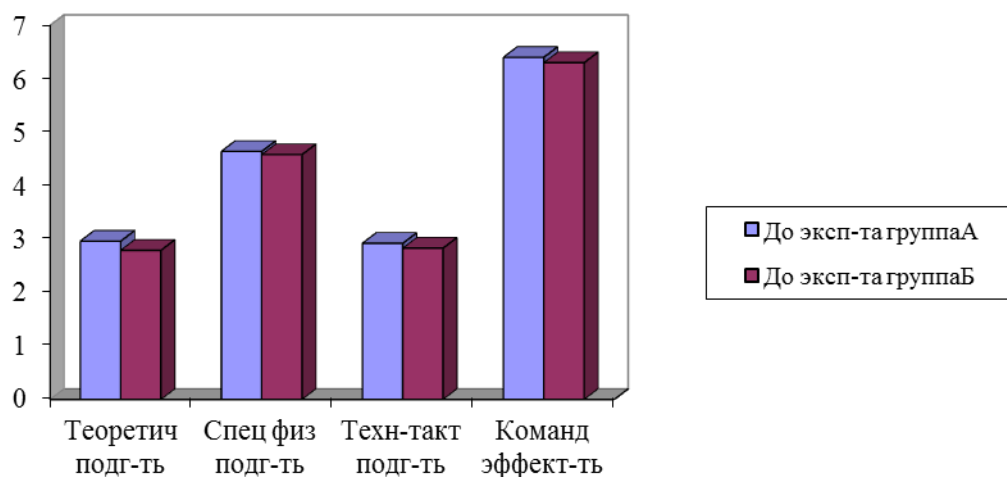


Рисунок 1 – Показатели специальной подготовленности и эффективности розыгрыша комбинаций футболистов экспериментальных групп «А» и «Б» до эксперимента.

Улучшение результатов произошло во всех исследуемых показателях и носило достоверный характер ($p < 0,001$). Наиболее существенное влияние экспериментальная методика обучения оказала на теоретическую подготовленность занимающихся ($p < 0,001$), технико-тактическую подготовленность ($p < 0,001$). В условиях соревновательной деятельности футболисты группы «А» повысили эффективность розыгрыша комбинаций с 6,4% до 9,8% ($p < 0,001$).

Изменения, происшедшие в результате выполнения тестов у испытуемых группы «А», становятся более контрастными при сопоставлении их с данными результатов тестов футболистов контрольной группы «Б», которая занималась по традиционной методике (таблица 2).

Таблица 3 – Показатели специальной подготовленности и эффективности розыгрыша комбинаций футболистов групп «А» и «Б» после эксперимента

Показатели	После эксперимента Группа А	После эксперимента Группа Б	t	t табл
Теоретическая подготовленность, балл	4,42±0,12	2,86 ± 0,7	2,58	2,07
Специальная физическая подготовленность, балл	4,38 ±0,13	4,17±0,14	1,22	2,07
Технико-тактическая подготовленность, балл	4,17±0,11	3 ±0,17	2,45	2,07
Командная эффективность розыгрыша комбинаций, %	19,9±0,73	6,8±0,43	6,2	2,07

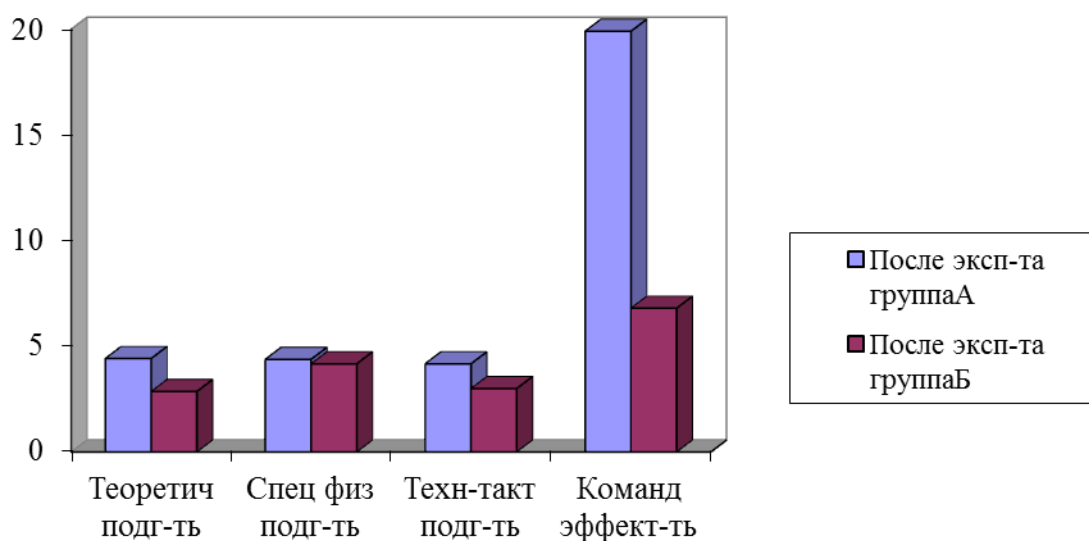


Рисунок 2 – Показатели специальной подготовленности и эффективности розыгрыша комбинаций футболистов группы «А» и «Б» после эксперимента

После окончания эксперимента наиболее значимые изменения произошли лишь в специальной физической подготовленности ($p < 0,05$). В остальных трех показателях сдвиги были несущественными и носили случайный характер. В условиях соревнований повышение эффективности

розыгрыша комбинаций футболистов группы «Б» было незначительным – с 6,3% до 6,8% ($p > 0.05$). Таким образом, сопоставление результатов тестирования спортсменов экспериментальной и контрольной групп педагогического эксперимента свидетельствуют о существенных различиях в динамике показателей, как специальной подготовленности, так и результативности розыгрыша комбинаций.

Это позволяет констатировать, что в процессе использования экспериментальной методики формирования технико-тактических действий при розыгрыше наигранных комбинаций со стандартных положений в атаке у футболистов произошли значительные изменения в качестве решения технико-тактических задач, возникающих при выполнении завершающего удара по воротам в условиях соревновательной деятельности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

1. В исследованиях последних лет среди направлений дальнейшей разработки проблемы повышения эффективности технико-тактической подготовки футболистов выделяется необходимость построения тренировки на основе учета возрастных закономерностей соревновательного и тренировочного объемов разносторонности техники и тактики игры.

Под тактической подготовленностью в теории и практике спортивной тренировки понимается умение спортсмена грамотно построить ход соревновательной борьбы, учитывая при этом свои индивидуальные особенности, возможности соперников и создавшиеся внешние условия.

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

Действия современного футболиста в игре должны быть надежны, быстры и целесообразны. Поэтому технико-тактическая подготовка должна быть представлена как логическая цепочка многолетнего процесса, который содержит свои конкретные цели, задачи на каждом этапе подготовки.

2. На современном этапе развития футбола наблюдается тенденция опережающего роста тактического мастерства игроков защиты по сравнению с совершенствованием тактики атаки. Низкие показатели эффективности атакующих действий футболистов в условиях соревнований обусловлены нерациональными технико-тактическими действиями игроков при выборе места на футбольном поле для завершающего удара по воротам при розыгрыше стандартных положений.

В результате выявлены факторы, влияющие на эффективность технико-тактических действий при розыгрыше стандартных положений. К ним относятся: зона завершающего удара; характер передачи для завершающего удара по воротам; секторы передачи; расположение и передвижение игроков на поле. Адекватная оценка данных факторов и нахождение оптимальной связи между ними оказывает решающее влияние на эффективность технико-тактических действий.

3. Экспериментальная методика формирования у футболистов 14-16 лет технико-тактических действий при розыгрыше стандартных положений эффективна. Это подтверждают результаты исследования. В условиях соревнований произошло достоверное повышение эффективности атакующих действий на 8,5%.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Альбрехт, Д. Новое в тренировке футболистов / Д. Альбрехт, Д. Брюгтеман // Спорт за рубежом. - М.: Книга, 2007. - № 17. - 12 с.
2. Арестов, Ю.М. Подготовка мини-футболистов высших разрядов / Ю.М. Арестов, М.А. Годик // - Москва: Владос, 2008. - 127 с.
3. Арестов, Ю.М. Оценка и управление тренировочными нагрузками / Ю.М. Арестов, А.А. Кириллов. - Москва: Владос, 2009. - 18 с.
4. Базилевич, О.П. Тренируясь отдыхай, или о значении режимов чередования упражнений в подготовке мини-футболистов высокой квалификации / О.П.Базилевич // Футбол-хоккей. - 2010. - № 10. - 10 с.
5. Базилевич, О.П. Управление подготовкой высококвалифицированных мини-футболистов на основе моделирования тренировочного процесса / О.П.Базилевич. - Автореф. дис. ... канд. пед. наук. - Москва, 2005. - 11 с.
6. Базилевич, О.П. Структура игры и программа тренировки / О.П.Базилевич, А.С.Зеленцов, В.В. Лобановский // Футбол - хоккей. - 2007. - №40. - 12 с.
7. Барамидзе, А.М. Построение тренировок в подготовительном периоде мини-футболистов высокой квалификации / А.М. Барамидзе - Автореф. дис. ... канд. пед. наук. - Москва, 2007. - 25 с.
8. Безденежных, А.И. Исследование срочных тренировочных эффектов специальных упражнений и их взаимодействие в процессе тренировки / А.И.Безденежных. - Автореф. дис. ... канд. пед. наук. - Москва, 2005. - 23 с.
9. Беляков, А.К. Анализ структуры и содержания подготовительного периода отдельных команд высшей лиги / А.К.Беляков // Ежегодник. - Москва, 2011. - 41 с.
10. Бетти, Э.В. Современная тактика футбола / Э.В. Бетти - Москва: Физкультура и спорт, 2004. - 74 с.

11. Блащак, И.М. Точность ударов по воротам в соревнованиях и тренировках мини-футболистов и факторы, ее определяющие: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. / И.М. Блащак - Москва: Физкультура и спорт, 2004. - 31 с.
12. Букуев, М.О. Методика этапного планирования тренировочных нагрузок у высококвалифицированных мини-футболистов в годичном цикле: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. / М.О. Букуев - Москва: Владос, 2008. - 24 с.
13. Булкин, В.А. Некоторые вопросы моделирования состояния сильнейших спортсменов / В.А.Булкин, Б.Н. Шустин, Х.К. Ансоков - М.: Ника, 2005. - 22 с.
14. Вайцеховский, С.М. Управление процессом тренировки: Книга тренера. /С.М. Вайцеховский - Москва, 2011. - 96 с.
15. Вентцель, Е.С. Исследование операций: задачи, принципы, методы. / Е.С. Вентцель - Москва: Наука, 2010. - 208 с.
16. Верхошанский, Ю. В. Основы специальной физической подготовки спортсменов / Ю. В. Верхошанский. - Москва: Физкультура и спорт. 2008. – 331
17. Воронов, А.В. Программирование и организация тренировочного процесса / А.В. Воронов. - Москва: Физкультура и спорт, 2005. - 176 с.
18. Витковский, Н.В. Координационные способности юных футболистов: диагностика, структура, онтогенез / Н.В. Витковский - Москва, 2013. - 20 с.
19. Волчев, Т.О. Имитационная модель спортивных игр / Т.О. Волчев, Д.В. Петров // Вопросы по физической культуре. - 2009. - № 11. - 22 с.
20. Воробьев, Н.Н. Основы теории игр. Бескоалиционные игры / Н.Н. Воробьев - Москва, Наука, 2004. - 296 с.
21. Гжиб, А. Групповые тактические действия футболистов в защите и методика их совершенствования: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. / А. Гжиб. – Москва, 2005. - 23 с.
22. Гидара Сабербен Шадли. Динамика скоростно-силовой подготовленности мини-футболистов в соревновательном периоде и средства ее стабилизации: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / Сабербен Шадли Гидара. – Москва, 2010. - 22 с.

23. Годик, М.А. Контроль и управление нагрузками в футболе / М.А. Годик - Москва: Физкультура и спорт, 2011. - 74 с.
24. Гавриков, В.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок / В.А. Гавриков - Москва: Физкультура и спорт, 2010. - 136 с.
25. Гендель, С.М. Контроль и планирование нагрузок в подготовительном периоде тренировки квалифицированных футболистов: Метод, рекоменд. / С.М. Гендель, А.К. Беляков. - Москва, 2006. - 25 с.
26. Грошев, Ю.В. Контроль соревновательной деятельности высококвалифицированных футболистов: методические рекомендации / Ю.В. Грошев, Г.М. Гаджиев, Г.С. Зонин. - Москва, 2012.
27. Гаджиев, Г.М. Систематизация специализированных упражнений футболистов: Метод. разработки / Г.М. Гаджиев, В.Н. Колобов. - Москва, 2007. - 39 с.
28. Голомазов, С.В. Футбол: Тренировка специальной работоспособности мини-футболистов или новое в физической подготовке футболистов / С.В. Голомазов. - Москва, 2006. - 22 с.
29. Голомазов, С.В. Футбол: Тренировка точности юных спортсменов / С.В. Голомазов - Москва, 2004. - 109 с.
30. Голованов, С.В. Методика тренировки техники реализации стандартных положений в футболе: Учебное пособие / С.В. Голованов, Б.Г. Чирва.- 2-е изд. - Москва: ТВТ Дивизион, 2006. - 128с.
31. Егоров, А.С. Анализ технико-тактической подготовленности с помощью видеотехники / А.С. Егоров, Е.М. Славнов // Ежегодник. - Москва, Физкультура и спорт, 2006. - 95 с.
32. Ежов, П.Ф. Комплексная оценка тренировочных нагрузок высококвалифицированных мини-футболистов: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. / П.Ф. Ежов. - Москва, 2007. - 10 с.
33. Жмарев, Н.В. Системный подход и целевое управление в спорте / Н.В. Жмарев. - Киев: Здоровье, 2005. - 143 с.

34. Зеленцов, А.М. Моделирование тренировки в футболе / А.М. Зеленцов, О.П. Базилевич, В.В. Лобановский. - Киев: Здоровье, 2009. - 84 с.
35. Кириллов, А.А. Содержание тренировки в подготовительном периоде у футболистов высокой квалификации: Метод. рекоменд. / А.А. Кириллов. - Москва: Владос, 2008.
36. Кириллов, А.А. Опыт построения игровых микроциклов в соревновательном периоде у мини-футболистов высокой квалификации: Метод. рекоменд. / А.А. Кириллов, А.Б. Лейбов, В.Н. Шамардин. - М.: Владос, 2004.
37. Климин, В.П. Цель и содержание индивидуальной тренировки футболиста / В.П. Климин // Футбол: Ежегодник. - Москва, 2006. - 23 с.
38. Кучеренко, О.С., Знаете ли вы мини-футбол. / О.С. Кучеренко, Л.Э. Немировский. - Москва: Знание, 2010. - 35 с.
39. Лакин, Г.Ф. Биометрия. / Г.Ф. Лакин. - Москва.: Высшая школа. 2010. - 105 с.
40. Лалаков, Г.С. Структура и содержание тренировочных нагрузок на различных этапах многолетней подготовки мини-футболистов: Автореф. дис. ... д-ра пед. наук. / Г.С. Лалаков. - Омск, 2008. - 9 с
41. Лаптев, А.П., Юный футболист. / А.П. Лаптев, А.А. Сучилин. - Москва: Физкультура и спорт, 2003. - 45 с.
42. Левин, В.С. Комплексная характеристика динамики подготовленности у футболистов высшей квалификации: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. / В.С. Левин. - Малаховка, 2003. - 11 с.
43. Максименко, И.Г. Структура тренировочных нагрузок, технической и игровой подготовленности юных футболистов на этапе специализированной базовой подготовки. / И.Г. Максименко. - Москва, 2001. - 56 с.
44. Малиновский, С.В. Моделирование тактического мышления спортсмена / С.В. Малиновский. - Москва: Физкультура и спорт, 2002. - 192 с.
45. Маслов, В. А. Основы высшей математики в институтах физкультуры. / В.А. Маслов. - Харьков. - ХГИФК, 2005.

46. Набатникова, М.Я. Основы управления подготовкой юных спортсменов. / М.Я. Набатникова. - Москва: Физкультура и спорт, 2002. - 280 с.

47. Нго, Ты Ха. Рациональное распределение нагрузок в футболе, в микроцикле подготовительного периода при двухразовых занятиях в день (на примере юношей 16-17 лет): Автореф. дис. ... канд. пед. наук. / Т.Х. Нго. - Киев, 2002. - 22 с.

48. Озеров, В.А. Сочетание непрерывного и интервального методов тренировки как фактор управления физической подготовкой футболистов высокой квалификации: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. / В.А. Озеров. - Москва, 2010. - 13 с.

49. Платонов, В.Н. Адаптация в спорте: учебное пособие / В.Н. Платонов. - Киев: Здоровье, 2008. - 9 с.

50. Попов, Е.В. Теория и методика спортивной тренировки / Е.В. Попов. - Киев: Вища школа, 2006. - 32 с.

51. Пигарев, С.А. Подготовка квалифицированных спортсменов / С.А. Пигарев. - М.: Физкультура и спорт, 2007. - 11 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ А

Анкета по изучению факторов, влияющих на эффективность реализации розыгрыша стандартных положений

Данное исследование проводится с целью изучения проблемы, связанной с формированием технико-тактических действий у футболистов при розыгрыше комбинаций со стандартных положений в атаке.

Ваше мнение по предложенным ниже вопросам будет иметь большое значение при выработке наиболее рациональных тактических построений игроков атакующей команды при розыгрыше комбинаций. От искренности Ваших ответов будет зависеть правильность наших выводов и рекомендаций.

При обработке результатов анкетирования нам необходимо знать о Вас следующие сведения:

1. Команда, в которой Вы играете (которую тренируете):

(укажите ее название и город)

2. Спортивная деятельность: тренер, игрок (нужное подчеркните).

3. Спортивная квалификация: _____

(укажите спортивное звание или разряд)

4. Игровое амплуа: _____

5. Профессия (род занятий): _____

Просим Вас ответить на следующие вопросы:

Окончание приложения А

1. Какой из указанных в таблице факторов, по Вашему мнению, в большей степени влияет на выбор места на футбольном поле при розыгрыше комбинаций?

2. Какие другие факторы, на Ваш взгляд, влияют на выбор места на футбольном поле при розыгрыше наигранных комбинаций? Запишите эти факторы в пустые строки таблицы.

Расположите ниже перечисленные факторы в порядке приоритета: напротив каждого из факторов поставьте цифру (начиная с 1 и т.д.), указывающую на преобладающую значимость данного фактора по сравнению с другими.

Факторы, влияющие на выбор места на поле при розыгрыше комбинаций	Порядок приоритета
Задание (указание) тренера по организации атакующих действий	
Система игры в защите обороняющейся команды	
Система игры в нападении атакующей команды	
Индивидуальные особенности и уровень подготовленности атакующих игроков	
Индивидуальные особенности и уровень подготовленности игроков защиты	
Характер передачи для завершающего удара по пространственно-временным параметрам: расстояние, траектория, скорость передачи и удаленность от ворот.	
Зона, из которой выполняется завершающий удар по воротам	
Взаимодействие игроков атакующей команды в период подготовки к атаке	
Движение футболиста в момент выполнения завершающего удара по воротам (разбег, финты, замах, удар)	
Расположение игроков обороняющейся команды	
Игровой опыт футболиста, его интуиция и предугадывание игровой ситуации	
Свой вариант	
Свой вариант	
Свой вариант	