

2. Захаров Е.Н. Энциклопедия физической подготовки [Текст]: методическая основа развития физических качеств / Е.Н. Захаров, А.В. Карасёв, А.А. Сафонов; под общ. ред. А.В. Карасёва. – М.: Лептос, 1994..

3. Ашмарин Б.А. Теория и методика физического воспитания: Учеб. для студентов фак. физ. культ. пед. Институт / Б.А. Ашмарин, Ю.А. Виноградов, З.Н. Вяткина; – М.: Просвещение, 1990. – с. 152-154.

4. Киселёв В.А. Совершенствование спортивной подготовки высококвалифицированных боксеров М.: Издательство «Физическая культура» 2006 с 61.

ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ

И.С. Бурков

*студент 4 курса (4 года), факультета физической культуры,
спорта и туризма, специальности «Физическая культура и спорт».*

Научный руководитель

*старший преподаватель кафедры теории и практики физической культуры,
спорта и туризма*

Г.И. Евдокимов

*Костанайский государственный педагогический институт,
г. Костанай, Республика Казахстан*

Аннотация. Представлен анализ результатов педагогических наблюдений в условиях реального тренировочного процесса и соревнований, который позволил установить существенные различия рассматриваемых параметров разносторонности тактики игры в зависимости от возраста юных футболистов. Педагогические наблюдения в условиях соревнований и тренировки осуществлялись по модифицированной А.П. Золотаревым методике Б. Чирвы. Проведен сравнительный анализ показателей соревновательной и тренировочной разносторонности тактики игры юных футболистов.

Ключевые слова: футбол, соревновательная деятельность, тактическая деятельность, тренировочного процесса и соревнований.

Характерной особенностью футбола в Республике Казахстан в последние годы является значимая тенденция к улучшению спортивных достижений национальной сборной и клубных команд на международной арене. Свою роль в этом сыграли и невыразительные выступления молодежной и юношеских сборных казахстанских команд. По мнению специалистов, одна из причин такого положения - отсутствие ярких, хорошо технически и тактически подготовленных молодых игроков, что косвенно отражает уровень подготовки спортивного резерва в современном казахстанском футболе. Отмечаемое отставание футболистов Казахстана в спортивном мастерстве от ведущих зарубежных команд не является устойчивой тенденцией. Необходимо подчеркнуть возрастающую важность тактической подготовки как основного компонента, лимитирующего конкурентоспособность казахстанских спортсменов на международной арене [1].

В фундаментальных исследованиях последних лет среди приоритетных направлений дальнейшей разработки проблемы повышения эффективности тактической подготовки юных футболистов выделяется необходимость построения

тренировки на основе учета возрастных закономерностей соревновательного и тренировочного объемов разносторонности техники и тактики игры.

Детерминированность тактической подготовки возрастными закономерностями структуры соревновательной деятельности (СД) юных футболистов предусматривает необходимость дифференцировки и построения ее по принципу интегральной подготовки [2]. Содержательная сторона, в частности технология планирования и методика тренировки на основе учета разносторонности техники и тактики игры юных футболистов, остается недостаточно разработанной, что обуславливает актуальность данного исследования.

Цель исследования - повышение уровня тактической подготовленности юных футболистов.

Задачи исследования:

- выявить степень разработанности теоретико-методических основ тактической подготовки в детско-юношеском футболе с позиций возможности учета возрастных параметров тактики игры;

- установить возрастные особенности показателей соревновательной и тренировочной разносторонности техники и тактики юных футболистов;

- разработать методику тактической подготовки юных футболистов на основе учета граничных значений тренировочного и соревновательного объемов тактических действий и экспериментально обосновать ее эффективность.

Сравнительный анализ показателей соревновательной и тренировочной разносторонности тактики игры юных футболистов позволяет установить граничные нормы данных характеристик на этапах многолетней подготовки. Использование этих норм дает возможность дифференцировать содержание тактической подготовки с учетом возрастных закономерностей СД и повышает ее эффективность. Технология построения интегральной подготовки юных футболистов с учетом возрастных особенностей разносторонности тактической деятельности (ТД) позволяет эффективней в сравнении с традиционной методикой дифференцировать тренировочное воздействие, что повышает качество управления многолетней подготовкой в целом. Уточненные параметры координационной сложности специализированных тренировочных нагрузок расширяют возможности целенаправленного подбора средств тактической подготовки [3].

При решении поставленных задач исследования использовались следующие методы научного исследования: анализ и обобщение научно-методической литературы, педагогические наблюдения, педагогический эксперимент. Анализ научно-методической литературы был ориентирован на поиск и систематизацию данных по современным аспектам тактической подготовки высококвалифицированных и юных футболистов, проблеме разносторонности технико-тактических действий (ТТД), включая действующие программно-нормативные документы, а также документацию планирования тренеров ДЮСШ. При этом учитывались современные научно-теоретические установки по деятельностному подходу. Педагогические наблюдения в условиях соревнований и тренировки осуществлялись по модифицированной А.П. Золотаревым методике Б. Чирвы. Регистрировались 10 параметров тактики игры. Наряду с этим по общепринятой методике регистрировались объем и эффективность ТТД в матче.

Фиксировались следующие индивидуальные ТТД с мячом:

- передачи назад, поперек и вперед: короткие и средние (до 30 м); длинные (более 30 м); «на ход» -передача на свободное место; прострельные и навесные передачи мяча - из-за пределов штрафной площади к воротам соперника;
- ведение мяча - перемещение с мячом при сохранении контроля над ним посредством многократных касаний;
- обводка -действия футболиста, владеющего мячом, направленные на преодоление сопротивления соперника;
- отбор мяча - действия, направленные на овладение мячом, который контролируется соперником;
- перехват - действия, направленные на овладение мячом, который еще (или уже) не контролируется соперником;
- единоборства за мяч: вверху - борьба за летящий мяч; внизу - борьба за мяч на земле;
- игра головой - передачи мяча головой;
- удары в ворота: головой - удары по мячу головой, направленные «на взятие» ворот; ногой -удары по мячу ногой, направленные «на взятие» ворот;
- потери - действия, повлекшие переход мяча к команде соперника (утрата контроля над мячом). Точно выполненными считаются:
 - передачи, если мяч попал к партнеру;
 - ведение, если мяч сохраняется под контролем игрока;
 - отбор, если соперник терял контроль над мячом;
 - перехват, если передача соперника не достигла желаемой цели;
 - единоборства, если мячом овладел игрок или его партнер;
 - удары в ворота, если мяч попал в створ ворот, независимо от того, что его поймал вратарь или перехватил другой игрок соперника в непосредственной близости от ворот, или мяч пересек линию ворот [4].

Педагогический эксперимент осуществлялся с целью проверки эффективности методики по следующим аспектам: повышение тренировочного уровня разносторонности тактики игры; оптимизация уровня тренировочной разносторонности атакующих и оборонительных тактических действий [4].

Исследование проводилось в несколько этапов. На первом параллельно с анализом теоретических основ исследуемой проблемы осуществлялись педагогические наблюдения за соревновательной деятельностью юных футболистов 14-15 лет. Было зарегистрировано 86 учебно-тренировочных занятий, 105 официальных и контрольных игр.

На втором этапе исследования проводился педагогический эксперимент, в котором участвовали занимающиеся в футбольном центре ФК «Тобол» и ДЮСШ «Футбола города Костанай». В нашем исследовании футбольный центр ФК «Тобол» представлял контрольную группу, ДЮСШ «Футбола города Костанай» представляла экспериментальную группу.

Учитывались исходные и конечные показатели разносторонности тактики игры, а также объем и эффективность ТТД, регистрируемые в педагогических наблюдениях в условиях соревнований. В начале эксперимента в абсолютном большинстве рассматриваемых показателей не было установлено статистически достоверных различий между экспериментальными и контрольными группами. Исключение составили показатели ловкости спортсменов контрольной группы,

превышающие аналогичные сверстников экспериментальной, а также показатель выносливости футболистов 14-15 лет, уровень которого в экспериментальной группе был несколько выше.

На третьем этапе осуществлялись обработка и анализ результатов дипломного исследования.

Педагогические наблюдения за соревновательной деятельностью футболистов осуществлялись в ходе зональных турниров юношеского чемпионата Казахстана, а также первенства Костанайской области.

Анализ результатов педагогических наблюдений в условиях реального тренировочного процесса и соревнований позволил установить существенные различия рассматриваемых параметров разносторонности тактики игры в зависимости от возраста юных футболистов.

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

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

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

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

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

В дальнейшем, в возрасте 16-17 лет, уровень рассматриваемых показателей стабилизируется. Таким образом, очевиден факт повышения с возрастом юных футболистов влияния на количественные и качественные характеристики СД рассматриваемых показателей разносторонности тактики игры. Наиболее характерно это прослеживается, начиная с 14-15 лет [5].

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

значимости такой методики содержательный компонент последней до настоящего времени не разработан. Обращает на себя внимание факт определенного «разрыва» в уровне теоретических знаний по исследуемой проблеме у ведущих тренеров профессиональных клубов РК и специалистов, работающих в области детско-юношеского футбола. Отмеченное положение отражает в рассматриваемом аспекте состояние программно-нормативной базы, регламентирующей многолетнюю подготовку спортивного резерва в футболе.

Показатели разносторонности тактической подготовленности футболистов подвержены значительной возрастной вариативности. В период с 8 до 13 лет тренировочный объем разносторонности техники уступает соревновательному. Начиная с 14-летнего возраста соотношение этих объемов изменяется в пользу тренировочной деятельности. С возрастом показатели разносторонности тактики игры изменяются. Так, у футболистов 8-9 лет при существенных различиях объемов тренировочной и соревновательной разносторонности атакующих действий ее уровень в оборонительных действиях одинаков в игре и тренировке. В показателях спортсменов 14-15 лет отмечено обратное соотношение. В других возрастных группах (кроме показателей СРТк в 10 - 11 лет) наблюдается устойчивое преобладание разносторонности тактики атакующих действий над оборонительными. Подобная закономерность, по-видимому, отражает содержание традиционно сложившейся многолетней тактической подготовки юных футболистов с преобладанием обучения тактике атакующих действий. Отсутствие в современной методике многолетней тактической подготовки юных футболистов учета возрастных параметров разносторонности техники и тактики игры ограничивает возможности дальнейшего совершенствования учебно-тренировочного процесса. Характерной особенностью развития казахстанского футбола последнего десятилетия является прогрессирующая тенденция к увеличению уровня спортивных достижений национальной и олимпийской сборных, а также клубных команд в официальных международных соревнованиях. На этом фоне просматривается устойчивая тенденция к улучшению ощутимых успехов юношеских команд разного возраста. В этой связи очевидной становится необходимость дальнейшего поиска новых путей повышения эффективности подготовки качественного спортивного резерва, что отмечается специалистами как наиболее острая проблема школы футбола на современном этапе развития.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Абдулкадыров А.А. *Соотношение физической и технической подготовки юных футболистов 11 - 14 лет на этапе начальной спортивной специализации: автореф. дис. канд. пед. наук / А.А. Абдулкадыров. - СПб., 2004.-178 с.*
2. Золотарев А.П. *Подготовка спортивного резерва в футболе / А.П. Золотарев. - Краснодар, 2007. - 308 с.*
3. Золотарев А.П. *Структура и содержание многолетней подготовки спортивного резерва в футболе / А.П. Золотарев // Теория и практика физической культуры. - 2008. - № 3. - С. 24 - 28.*
4. Верхошанский Ю.В. *Программирование и организация тренировочного процесса / Ю.В. Верхошанский. - М.: Физкультура и спорт, 2006. - 214 с.*
5. Золотарев А.П. *Подготовка юных футболистов на основе учета разносторонности технико-тактических действий / А.П. Золотарев // Физическая*

культура и спорт в жизни общества: материалы междунар. науч.-метод. конф., посвящ. 30-летию УралГАФК. - Ч. П. - Челябинск, 2006. - С. 52 - 55.

ОСОБЕННОСТИ МЕТОДИЧЕСКОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ БЕГУНОВ НА СРЕДНЕЙ И ДЛИННОЙ ДИСТАНЦИИ

В.В.Бучко

*студент 4 курса (4 года), факультета физической культуры, спорта и туризма
специальности «Физическая культура и спорт».*

Научный руководитель

*старший преподаватель учебно-воспитательного центра
по физической подготовке **А. М.Егорова,***

*к.п.н., доцент ВАК кафедры теории и практики физической культуры,
спорта и туризма **Р.Ж.Ибраева***

*Костанайский государственный педагогический институт,
г.Костанай, Республика Казахстан*

Аннотация. Умение управлять своими чувствами, эмоциональным состоянием является очень важным фактором. Нередки случаи, когда спортсмены после первых неудач в соревнованиях теряются, падают духом, отказываются от борьбы и проигрывают более слабым спортсменам. Выдающиеся спортсмены за долгие годы занятий спортом сами выстраивают свое психологическое состояние, свой мысленный образ и с этим идут на старт.

Ключевые слова: Работоспособность, тренировка, моделирование и оценка, блоковая система.

Введение. Тактическая подготовка в теории и практике спортивной тренировки характеризуется умением спортсмена грамотно построить ход борьбы с учетом особенностей дистанции, своей индивидуальной подготовки, возможности соперников, создавшихся условий и конкретной ситуации.

В последнее время меняется представление о соотношении и взаимосвязи тренировочных нагрузок различной целевой направленности в годичной подготовке спортсменов. Определенный интерес представляет методика построения тренировочного процесса Ю.В. Верхошанского [1,2], получившая название "блоковая система". Целью блоковой системы тренировки является системный подход и структурно - функциональный анализ содержания и динамики процессов, которые лежат в основе становления спортивного мастерства и заключаются в адаптации атлета к условиям напряженной мышечной деятельности. Основой блоковой системы Ю.В. Верхошанского [2] является принцип суперкомпенсации на определенном адаптационном периоде тренировки, где происходит планомерное повышение интенсивности тренировочной нагрузки, которая способствует росту механизмов аэробного и анаэробного энергообеспечения организма.

Обобщение научно - методической литературы, информации мировой сети, а также печатных и литературных источников.