

**ПІДВИЩЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНИХ
ПОКАЗНИКІВ ІГРОВОЇ АКТИВНОСТІ
ФУТБОЛІСТІВ СТАРШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ**



Перепелиця Павло

Донецька загальноосвітня школа I-III ступенів №30

Аннотация

Определено влияние экспериментальных методик тренировки технико-тактической направленности на индивидуальные показатели игровой активности футболистов старшего школьного возраста. В исследовании приняли участие 60 футболистов-школьников 15-16 лет. Сравнительный анализ индивидуальной игровой активности игроков различных игровых амплу экспериментальных групп, показал достоверные улучшения количественных и качественных (брак, %) показателей технико-тактических действий по отношению к контрольной группе. Разработанные методики тренировки являются эффективным средством воспитания высокой игровой дисциплины, обучения умению предвидеть развитие игровых ситуаций, формирования тактической сыгранности и взаимопонимания между игроками.

Ключевые слова: технико-тактическая подготовка, тактическое мышление, игровая деятельность, методика тренировки.

Annotation

Determine the influence of experimental methods workouts technical and tactical orientation on the individual indices gaming activity, footballers older school age. The study involved 60 of football players schoolchildren 15-16 years. Comparative analysis of the individual the gaming activity of players of different playing roles experimental groups have shown reliable improvement quantitative and qualitative (marriage, %) of indicators technical and tactical actions in relation to the control group. The developed method of training is an effective means of educating high the gaming of discipline, learning to foresee the development of game situations, forming tactical team teamwork and mutual understanding between the players.

Key words: technical and tactical training, tactical thinking, game activity, method training.

Постановка проблеми. Федерація футболу України вийшла на чітку систему організації освіти в дитячо-юнацькому футболі. Вона ґрунтується на масовому залученні дітей у процес навчання футболу і участі в змаганнях. Головними елементами цієї системи є масовий дитячо-юнацький футбол.

При цьому школа розглядається як найважливіша ланка цієї системи, здатна не лише здійснювати функцію поповнення спортивних шкіл необхідним контингентом учнів, але і певною мірою самостійно вирішувати задачу підготовки юних футболістів в умовах проведення навчальної і позакласної спортивно-масової роботи.

Звичайно, для реалізації цього завдання потрібна цілеспрямована розробка і впровадження інноваційних методик тренування різної спрямованості.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Футбольні фахівці [1, 4, 5] вважають, що футбол – це гра рішень, в якій в рівній мірі важливі і уміння швидко оцінювати ігрову обстановку, і здатність так само миттєво вибирати найбільш правильні рішення.

Як показує футбольна практика [2, 4], футбольна гра складається з безлічі найрізноманітніших тактичних комбінацій, що розігруються, як правило, двома або трьома партнерами. Тому усі колективні дії, що утілюють в



конкретній ігровій обстановці певний тактичний задум, заснований, по суті, на комбінаціях в парах і трійках.

На думку багатьох спеціалістів [4, 5, 8, 10], більшість цих комбінацій можна спеціально розробити і награвати на тренуваннях заздалегідь, або створювати в ході матчу.

Разом з цим фахівці [2, 4, 8] відзначають, що розробці експериментальних методик тренування командних і групових взаємодій футболістів старшого шкільного віку приділяється недостатньо уваги.

Аналіз науково-методичної літератури свідчить про те, що на матеріалі футболу проведена значна кількість наукових досліджень, присвячених теоретико-методичним основам управління підготовки футболістів [7, 8], оптимізації фізичної [10] і техніко-тактичної [1, 3] підготовленості футболістів, моделюванню техніко-тактичних дій у процесі підготовки футбольних команд [2, 4], індивідуалізації підготовки футболістів [6], особливостям побудови тренувального процесу футболістів різного віку і спортивної кваліфікації [5, 9].

В той же час, дослідження, які стосуються особливостей командних і групових техніко-тактичних взаємодій футболістів шкільних команд молодшого, середнього і старшого шкільного віку відсутні.

Шкільні команди формуються з гравців різного рівня техніко-тактичної підготовленості, що ускладнює спільні командні й групові дії. Тому, чим ефективніше буде процес навчання і тренування гравців, зокрема, у шкільних секціях з футболу, тим успішніше буде дедалі спортивне удосконалення.

Все це обумовлює розробку і впровадження експериментальних методик тренування з метою підвищення рівня командних і групових взаємодій футболістів шкільних команд старшого

шкільного віку.

Робота виконана відповідно до Зведеного плану науково-дослідної роботи Міністерства освіти і науки, молоді і спорту України у сфері фізичної культури і спорту на 2011-2015 рр. по темі: 2.3 «Науково-методичні основи удосконалення системи підготовки спортсменів у футболі з урахуванням особливостей змагальної діяльності» (номер державної реєстрації 0111U001722).

Мета роботи – визначити вплив експериментальних методик тренування групових і командних взаємодій на індивідуальні показники ігрової активності футболістів старшого шкільного віку.

Завдання роботи:

1. Розробити методики тренування командних і групових техніко-тактичних взаємодій футболістів старшого шкільного віку;

2. Експериментально перевірити ефективність впливу розроблених інноваційних методик тренування на індивідуальні показники ігрової активності футболістів старшого шкільного віку.

Організація досліджень. Дослідження проводилося зі школярами 15-16 років, які навчаються в загальноосвітніх школах м. Донецька. На початку експерименту був проведений аналіз морфофункціонального стану організму, фізичної і техніко-тактичної підготовленості футболістів-школярів. За результатами тестування гравців було розподілено на три рівноцінні групи – одну контрольну і дві експериментальні, по 20 чоловік в кожній.

У тренувальний процес першої експериментальної групи були включені комбінації, які відрізняються надійністю і непередбачуваністю, оскільки у своїй завершальній стадії вони мають від 4 до 6 варіантів свого завершення. Комбінації награвалися в умовах «комбінаційного коридору».

У другій експериментальній групі в тренувальних заняттях ви-

користувалася методика «роздільного навчання груп гравців комбінаціям у ланках і лініях команди», з урахуванням їх зростаючої складності і варіативної.

У третій – контрольній групі, впродовж всього експерименту в тренувальних заняттях застосовувався стандартний комплекс вправ, спрямованих на підвищення рівня техніко-тактичної підготовленості.

Футболісти всіх груп протягом року постійно (4 рази на тиждень) тренувалися і брали участь у контрольних матчах між собою. Індивідуальні показники ігрової активності визначалися за допомогою відеозапису матчів і оброблялися за допомогою методів математичної статистики.

Результати досліджень та їх обговорення. У результаті проведеного річного експерименту, основною метою якого було визначити вплив експериментальних методик тренування техніко-тактичної спрямованості, на індивідуальні показники ігрової активності футболістів-школярів, були отримані результати, представлені в табл. 1.

Отримані результати свідчать, що після 12 місяців тренування в першій і другій експериментальній групах за кількісними і якісними (брак, %) показниками: «загальної кількості техніко-тактичних дій» (ТТД), індивідуальної ігрової активності півзахисників і нападаючих – достовірних ($p < 0,05$) відмінностей не виявлено.

У той же час в кількості техніко-тактичних дій виконаних центральними і крайніми захисниками виявили достовірні відмінності між 1 та 2 групами – ($t=2,33$; $t=2,56$; $t=2,53$; $p < 0,05$).

Збільшення кількості ТТД відбулося за рахунок використання експериментальної методики тренування в другій групі. Особливістю даної методики є наявність у ній вправ, що передбачають побудову атакуючих комбінаційних дій з активним залученням гравців



Таблиця 1

Порівняльна характеристика індивідуальних показників ігрової активності футболістів – школярів старшого віку в групах 1, 2, 3 за підсумками річного експерименту (n1=n2=n3=20)

Ігрове амплуа			
Загальна кількість ТТД	461,8±1,69	463,1±1,83	456,3±1,93
	19,7±0,72	19,4±0,32	28,8±0,34
Центральний захисник	71,8±0,39	78,3±0,48	63,8±0,31
	14,3±0,49	14,9±0,41	21,5±0,36
Лівий крайній захисник	53,1±0,47	56,42±0,58	42,25±0,61
	18,7±0,31	18,2±0,54	27,2±0,39
Правий крайній захисник	52,7±0,31	57,3±0,36	43,1±0,41
	19,9±0,34	18,6±0,51	26,2±0,41
Опорний півзахисник	71,1±0,32	69,4±0,33	61,2±0,31
	18,4±0,42	18,8±0,43	25,7±0,52
Атакувальний півзахисник	67,8±0,28	66,5±0,42	59,4±0,48
	24,7±0,36	24,4±0,41	36,7±0,52
Лівий крайній нападник	66,4±0,57	65,2±0,54	56,9±0,34
	18,2±0,32	17,6±0,39	27,3±0,31
Правий крайній нападник	65,6±0,45	63,5±0,52	57,9±0,41
	17,4±0,48	18,2±0,31	27,8±0,29
Центральний нападник	48,2±0,36	47,1±0,58	38,4±0,49
	19,5±0,39	20,2±0,48	28,5±0,46

Примітка. Верхній рядок – показники індивідуальної ігрової активності, нижній рядок – брак %; група 1 – експериментальна група 1; група 2 – експериментальна група 2; група 3 – контрольна група.

захисної лінії. Заволодівши м'ячем, крайні захисники швидко просувалися вперед, підключаючись до атакуючих дій, або виконували передачу своїм партнерам. В окремих епізодах вони підтримували атаку в другому ешелоні і при нагоді використовували удари по воротах.

Порівняльний аналіз індивідуальної ігрової активності центрального (t=2,96; p<0,01; t=2,25; p<0,05); лівого (t=3,51; p<0,01; t=3,34; p<0,01) і правого крайнього захисників (t=3,64; p<0,01; t=3,73; p<0,01) другої експериментальної групи показали достовірні покращення кількісних і якісних (брак, %) показників по відношенню до контрольної.

Також у другій експериментальній групі по відношенню

до контрольної існує достовірне збільшення кількості та якості ТТД виконаних: опорним (t=2,46; p<0,05; t=2,72; p<0,05) і атакувальним півзахисниками (t=2,31; p<0,05; t=3,24; p<0,01); лівим крайнім (t=2,21; p<0,05; t=2,98; p<0,01); правим крайнім (t=2,37; p<0,05; t=3,57; p<0,01) і центральним нападниками (t=2,65; p<0,05; t=3,33; p<0,01).

Поліпшення індивідуальних показників техніко-тактичних дій гравцями різних амплуа з другої групи, відобразилося і на «загальній кількості і якості ТТД», які істотно відрізняються від контрольної групи (t=4,22; p<0,001; t=3,31; p<0,01).

Таким чином, шляхом розучування серії різних комбінацій на

тренуваннях, гравці другої експериментальної групи істотно підвищили показники індивідуальної ігрової активності. Крім того, застосована методика роздільного навчання груп гравців комбінаціям виявилась доброю основою, на якій можна побудувати єдиний логічний ланцюг комбінацій, що розігруються усією командою.

Дослідження індивідуальної ігрової активності центрального (t=2,62; p<0,05; t=2,33; p<0,01); лівого крайнього (t=3,11; p<0,01; t=3,53; p<0,01); правого крайнього захисників (t=3,43; p<0,01; t=2,96; p<0,01), також показали достовірні покращення кількісних і якісних показників у першій групі по відношенню до контрольної.

Крім цього, у першій експериментальній групі по відношенню до контрольної існує достовірне поліпшення кількісних та якісних індивідуальних дій: опорного (t=2,31; p<0,05; t=2,58; p<0,05) і атакувального півзахисників (t=2,73; p<0,05; t=3,15; p<0,01); лівого (t=2,21; p<0,05; t=3,59; p<0,01); правого крайнього (t=2,37; p<0,05; t=3,66; p<0,01) і центрального нападників (t=2,32; p<0,05; t=2,97; p<0,01).

Виявлені також достовірні відмінності між першою та третьою групами в якісних (брак, %) (t=3,67; p<0,01) і кількісних (t=3,98; p<0,001) показниках «загальної суми техніко-тактичних дій».

Висновки

Таким чином, експериментальні методики довели свою ефективність перед традиційними методами техніко-тактичної підготовки юних футболістів.

Так, комбінації, які награвалися в першій експериментальній групі, дозволяють успішно взаємодіяти ланками в трійках, знаходити шляхи дезорієнтації оборонців, заплутувати їх обманними маневрами, для здійснення задуманої комбінації. Організація



таких дій певною мірою пов'язана зі стандартизацією гри, тобто побудована на стандартних ходах, заздалегідь відпрацьованих на тренуваннях в умовах «комбінаційного коридору».

У другій експериментальній групі, шляхом застосування методики «роздільного навчання груп гравців комбінаціям в ланках і лініях команди» вдалося істотно підвищити рівень взаєморозуміння між гравцями. Освоєні в процесі тренувань комбінації, дозволяють за допомогою вдалих взаємодій з партнерами вийти на вільну позицію для удару по воротах суперника. Більше того, володіючи м'ячем, гравець вчиться тримати у полі зору декількох партнерів і швидко оцінювати їх позиції.

На основі кожної експериментальної методики тренування створені навчальні відеопосібники «Комбінаційний коридор - 2», «Футбольний конструктор», на які отримано акти впровадження в навчальний процес Центру ліцензування Федерації футболу України.

Перспективи подальших досліджень передбачають розробку і впровадження нових методик тренування для підвищення рівня техніко-тактичної підготовленості футболістів молодшого, середнього і старшого шкільного віку.

Література:

1. Дорошенко Е. Ю. Аналіз параметрів техніко-тактичної діяльності кваліфікованих футболістів// Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання і спорт: Збірник. – Чернігів: ЧДПУ, 2009. – Випуск № 64. – С. 263 – 268.
2. Дулибский А. В. Моделирование тактических действий в процессе подготовки юношеских команд по футболу : автореф. дис. соискание уч. степени канд. наук по физ. воспитанию и спорту : спец. – 24.00.01 «Олимпийский и профессиональный спорт» / А. В. Дулибский. – К., 2001. – 19 с.
3. Журід С. М. Удосконалення техніко-тактичної підготовки футболістів 15-17 років з використанням комплексів тренувальних завдань : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання та спорту : спец. – 24.00.01 «Олімпійський та професійний спорт» / С. М. Журід. – Х., 2007. – 20 с.
4. Зеленцов А. М. Моделирование тренировки в футболе / А. М. Зеленцов, В. В. Лобановський. – 2-е изд. перераб. и доп. – К., Альтерпресс. – 1998. – 215 с.
5. Золотарев А. П. Структура и содержание многолетней подготовки спортивного резерва в футболе: Автореф. дисс. ... доктора пед. наук: спец.: 13.00.04. – «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры». – Краснодар, 1997. – 51 с.
6. Козина Ж. Л. Теоретико-методические основы индивидуализации учебно-тренировочного процесса спортсменов в игровых видах спорта: Автореф. дисс. ... докт. наук по ФВС: спец.: 24.00.01. – «Олимпийский и профессиональный спорт». – К.: 2010. – 45 с.
7. Костюкевич В. М. Управление тренировочным процессом футболистов в годичном цикле подготовки. – Винница, Планер. – 2006. – 683 с.
8. Лісенчук Г. А. Теоретико-методичні основи управління підготовкою футболістів 7 – 16 років: Автореф. дис. ... доктора наук з ФВС: спец.: 24.00.01. – «Олімпійський та професійний спорт». – К.: 2004. – 42 с.
9. Максименко І. Г. Теоретико-методичні основи багаторічної підготовки юних спортсменів у спортивних іграх: Автореф. дис. ... доктора наук з ФВС: спец.: 24.00.01. – «Олімпійський та професійний спорт». – К.: 2010. – 44 с.
10. Слуцкий Л. В. Управление физической подготовкой футболистов на основе контроля соревновательной двигательной деятельности: Автореф. дис. канд. пед. наук: спец.: 13.00.04. – «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры». – М.: 2009. – 22 с.

