

Культура физическая и здоровье. 2023. № 2 (86). С. 194-200.
Physical Culture and Health. 2023, 2 (86), 194-200.

Научная статья
УДК 796.015
DOI: 10.47438/1999-3455_2023_2_194

ФУТБОЛ: ОРГАНИЗАЦИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ДЕТСКОЙ СПОРТИВНОЙ ШКОЛЫ В УСЛОВИЯХ РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ)



Владислав Электроневич Иванов ¹, Кирсан Степанович Колодезников ²

Футбольная школа «Спартак Юниор» ¹
Якутск, Россия

Северо-Восточный федеральный университет им. М. К. Аммосова ²
Якутск, Россия

¹ Директор

тел.: +7(800)301-02-93, e-mail: ivanov88.ve@gmail.com
ORCID 0009-0007-4097-2065

² Кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры «Теория и методика спорта, спортивной кинезиологии, оздоровительной и адаптивной физической культуры»

тел.: -, e-mail: kkirsan@mail.ru
ORCID 0000-0003-3427-5056

Аннотация. Цель исследования: изучить потенциал улучшения профессиональных навыков футболистов на основе введения в тренировочный процесс программы «использования ограниченного пространства». Методы и организация исследования. Были использованы следующие методы: анализ литературы, наблюдение, проведение педагогического эксперимента. Результаты исследования и их обсуждение. Данная программа «использования ограниченного пространства» обучения способствует одновременному повышению технической и физической подготовленности футболистов. При условии соблюдения рекомендаций по использованию данной методики на этапах обучения техническим приёмам удаётся успешно решать задачи как физической, так и технической подготовленности футболистов. По результатам контрольных испытаний видно, что улучшение результатов произошло во всех группах, однако хороший прирост результатов в экспериментальной группе. «Игра в ограниченном пространстве» стала основой нашего эксперимента и программы в целом, что позволило юным игрокам улучшить технические действия во время игры, а так же положительно сказалась на развитии физических качеств: быстрота, ловкость, гибкость и координация. Выводы. Наш эксперимент показал, что, используя данную программу, можно за короткий срок добиться развития двигательных и технических навыков у юных спортсменов. Представленный подход позволил целенаправленно планировать тренировочный процесс и грамотно воздействовать на подготовку юных футболистов.

Ключевые слова: футбол, организация тренировочного процесса, детская спортивная школа, модель тренировочного процесса в футбольной школе, использования ограниченного пространства

Для цитирования: Иванов В. Э., Колодезников К. С. Футбол: организация тренировочного процесса детской спортивной школы в условиях республики Саха (Якутия) // Культура физическая и здоровье. 2023. № 2. С. 194-200. DOI: 1047438-1999-3455_2023_2_194.

Введение

Футбол – является самым популярным видом спорта во всём Мире и в РФ, Чемпионат мира по футболу, про-

ходивший в РФ в 2018 г., по праву вызвал, еще больший интерес к этому виду спорта выдвинул и привлек всеобщее внимание [1, 2, 3]. Регулярно растёт, количество занимающихся этим видом спорта в России [4, 5,

6]. Сегодняшний день, в сетевой футбольной школе на территории Российской Федерации, представлен следующими профессионально-футбольными клубами: Ювентус (Italy); ПСЖ (France); Галатасарай (Turkey); Барселона (Spain); Спартак (РФ); Zenit (РФ); Динамо (РФ).

Все выше названные школы футбола обладают оригинальной авторской методикой, каждая из которых индивидуальна, и бесценна [7, 8, 9].

В Якутии, с 2019 г. действует школа футбола «Спартак Юниор», которая представляет собой, официальную школу футбола «Спартак Москва» и, на сегодня, является одной-единственной в Якутии школой футбола, взаимодействующей с профессиональным футбольным клубом. Мы, представили в исследовании программу преподавания тренировочного процесса, разработанную авторами школы «Спартак Юниор» в Якутии.

В своих трудах ученые, проводившие исследования среди подростков Якутии, отмечают, что «изменение показателей роста и веса при развитии организма у детей любых национальностей происходит скачкообразно. Такие закономерности в развитии происходят у якутов – школьников на год позже, чем у русских», «темпы прироста за год росто-весовых показателей у детей северных районов несколько ниже по сравнению с жителями вилюйских и центральных районов». Ученые утверждают, что «скоростно-силовые качества юных жителей Якутии по всем параметрам отстают от аналогичных данных жителей других зон России»[10]. Все выше сказанное, мы попытались учесть в нашем исследовании.

Цель исследования: изучить потенциал улучшения футбольных навыков футболистов на основе введения в тренировочный процесс программы использования ограниченного пространства.

Материалы и методы исследования: анализ литературы, наблюдение, проведение педагогического эксперимента.

Результаты исследования и их обсуждение. Ядром и главным членом в футбольной школе «Спартак Юниор» является, его воспитанник, на многогранном воспитании ученика сосредоточена главная идея «умного игрока» с осознанным осмыслением игры, ярко выраженным «игровым интеллектом», физически и технически развитого, способного точно и верно решать любые технико-тактические задачи, возникающие во время игры.

Экспериментальная работа велась с сентября 2021 г. - апрель 2022 г., на базе футбольной школы «Спартак Юниор» Якутия.

На Констатирующем этапе, выявляли потенциал совершенствования технических и физических качеств. А так же получили исходные показатели следующих контрольных испытаний:

1. Физическая подготовка: *Прыжок в длину с места. Бег 30 метров .*

Зиг-заг без мяча. Т-тест (вправо, влево)

2. техническая подготовка. *Зиг-заг с мячом. Изменения направления с мячом.*

Результаты тестирования показали, что у спортсменов достаточно средний уровень физических и технических показателей.

На Формирующем этапе была поставлена цель: «улучшение развития физической и технико-тактической подготовленности исследуемых участников». На данном этапе интенсивно использовался «метод круговой тренировки», подразумевающий переход от одной станции к другой с установленными интервалами и перерывами. Планирование всего тренировочного процесса происходило на основе индивидуальных особенностей юных спортсменов и согласованной игры в команде.

Формирующий этап в экспериментальной группе, представлял собой программу включающую в себя систему специализированных последовательных упражнений, подобранные в соответствии с развитием юных футболистов. Применялись групповые и индивидуальные формы работы с детьми.

«Игра в ограниченном пространстве» стала основой нашего эксперимента и программы в целом. Что позволило юным игрокам улучшить технические действия во время игры, а так же положительно сказались на развитии физических качеств: быстроту, ловкость, гибкость и координацию.

В исследовании приняли участие футболисты Якутского отделения футбольной школы «Спартак Юниор» 2012 и 2005 г.р.

1 группа – это контрольная группа, тренировка проводилась согласно общепринятой методике преподавания Российского футбольного союза.

2 группа – это экспериментальная группа, тренировка проводилась с использованием специально разработанной программы (использование игр на ограниченном пространстве).

Из таблиц видно, что улучшения по всем показателям наблюдаются у экспериментальной группы диаграмм 1-7.

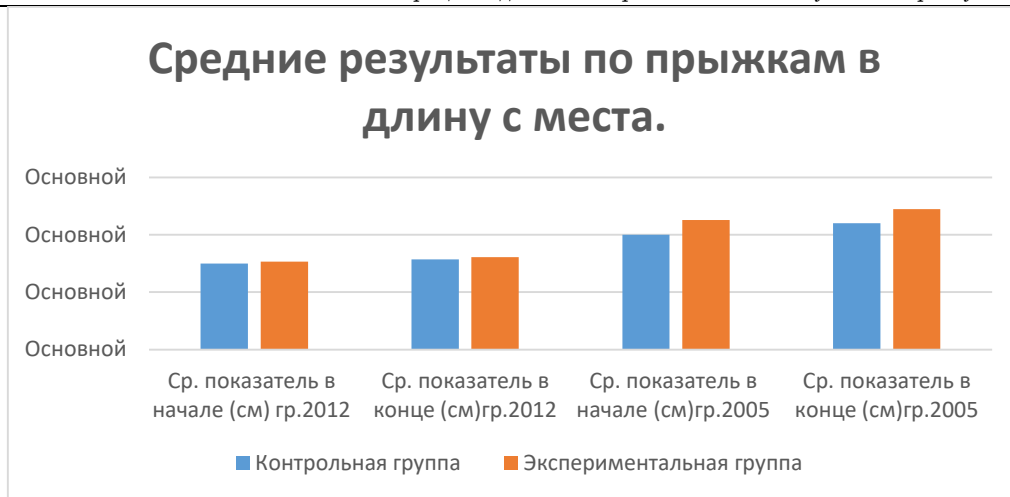


Рис. 1

По диаграмме 1 видно, что прирост результатов в 2005(Э)+20, тогда как в контрольных группах, прирост двух экспериментальных группах 2012 (э)- +8 и соответственно +7 и +19 см.

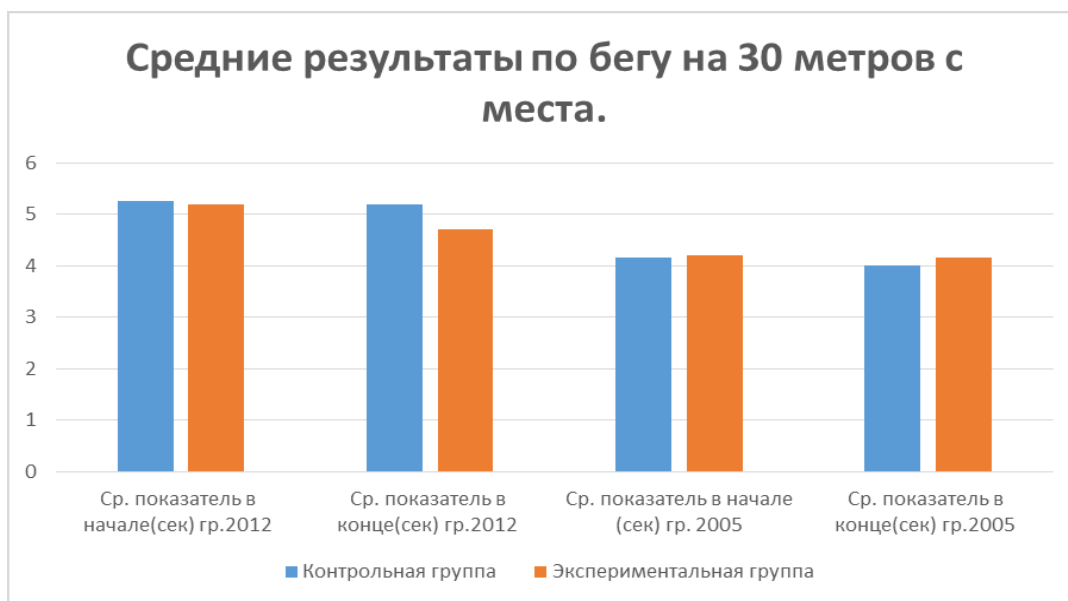


Рис. 2

По диаграмме 2 видно, что прирост результатов в 2005(Э)- +0,06 , тогда как в контрольных группах, прирост двух экспериментальных группах 2012 (э)- +0,49 и соответственно +0,49 и +0,15(сек)

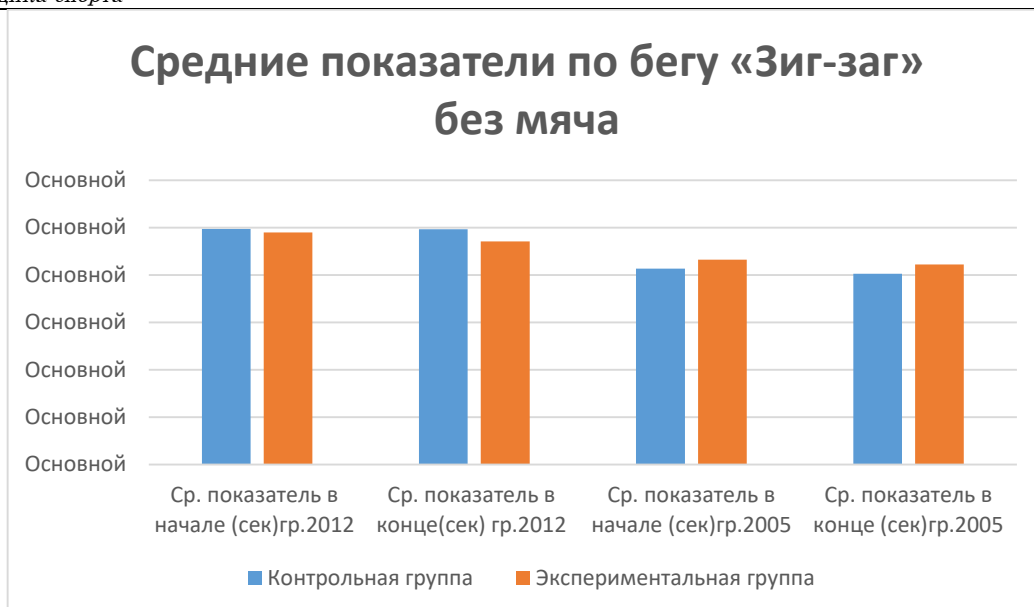


Рис. 3

По диаграмме 3 видно, что прирост результатов в 2005(Э)-0.20, тогда как в контрольных группах, прирост соответственно +0.02и +0.22 (сек) двух экспериментальных группах 2012 (э)-0.37 и

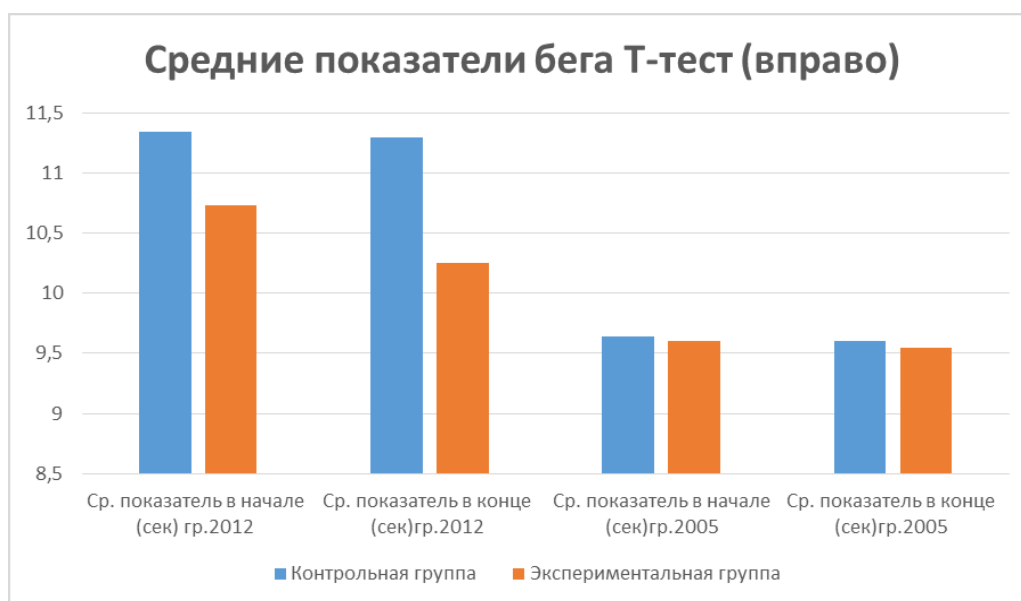


Рис. 4

По диаграмме 4 виден прирост результатов в двух экспериментальных группах 2012 (э)- +0,48и 2005(Э)-+ +0,05, тогда как в контрольных группах, прирост соответственно +0,04 ++0,05

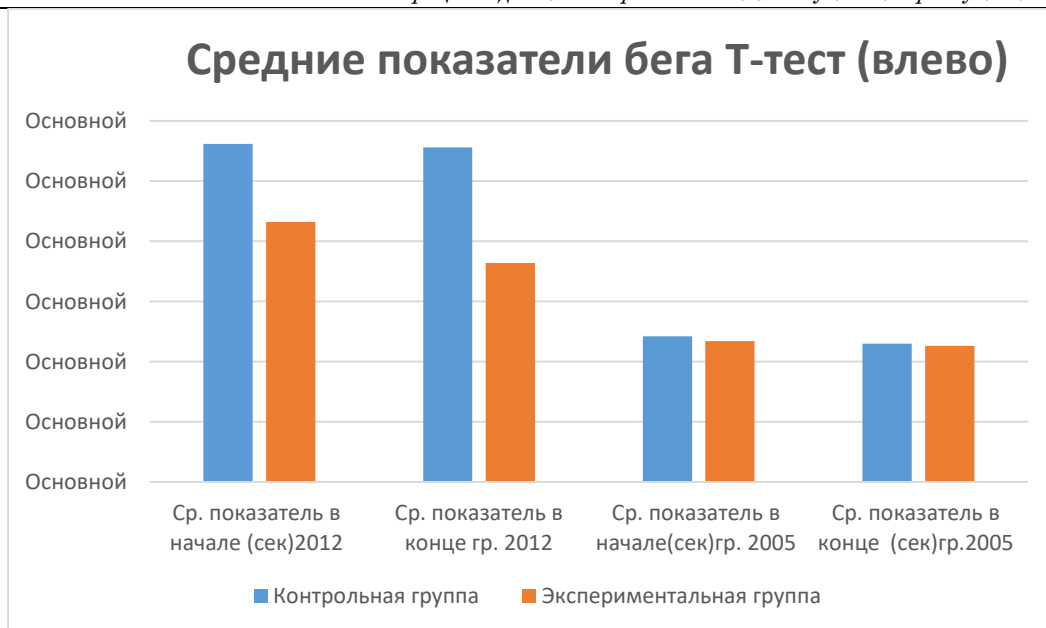


Рис. 5

По диаграмме 5 виден прирост результатов в двух экспериментальных группах 2012 (э)- +0,34и 2005(Э)- +0,04 , тогда как в контрольных группах, прирост соответственно +0,03 +0,06.

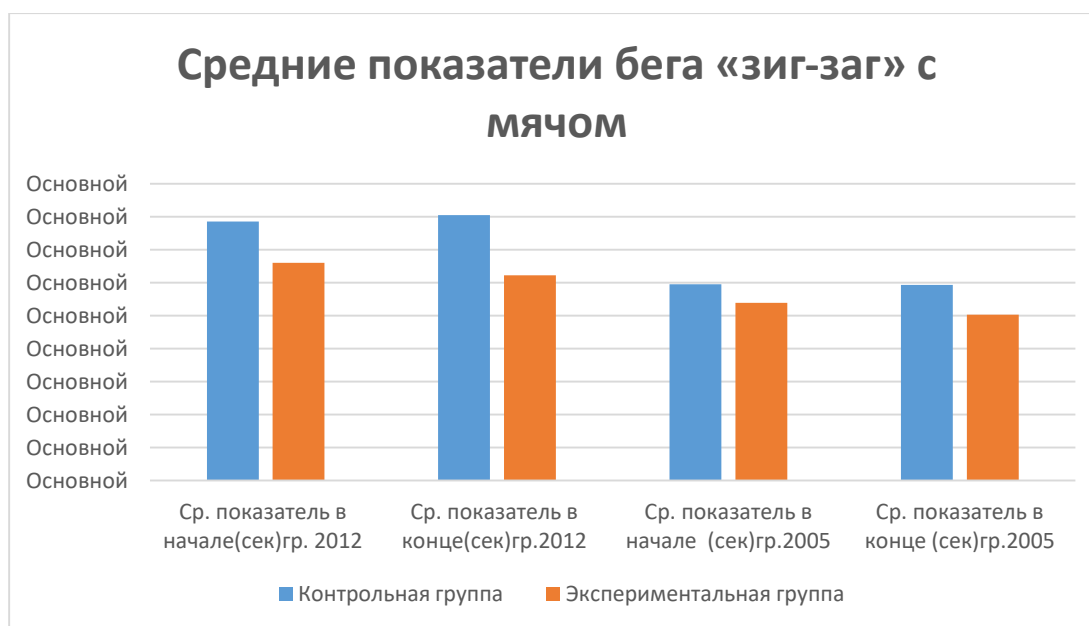


Рис. 6

По диаграмме 6 виден прирост результатов в двух экспериментальных группах 2012 (э)- +0,74и 2005(Э)- +0,73 , тогда как в контрольных группах, результат незначительный и кг 2012 отрицательный, соответственно -0,40 и +0,03.

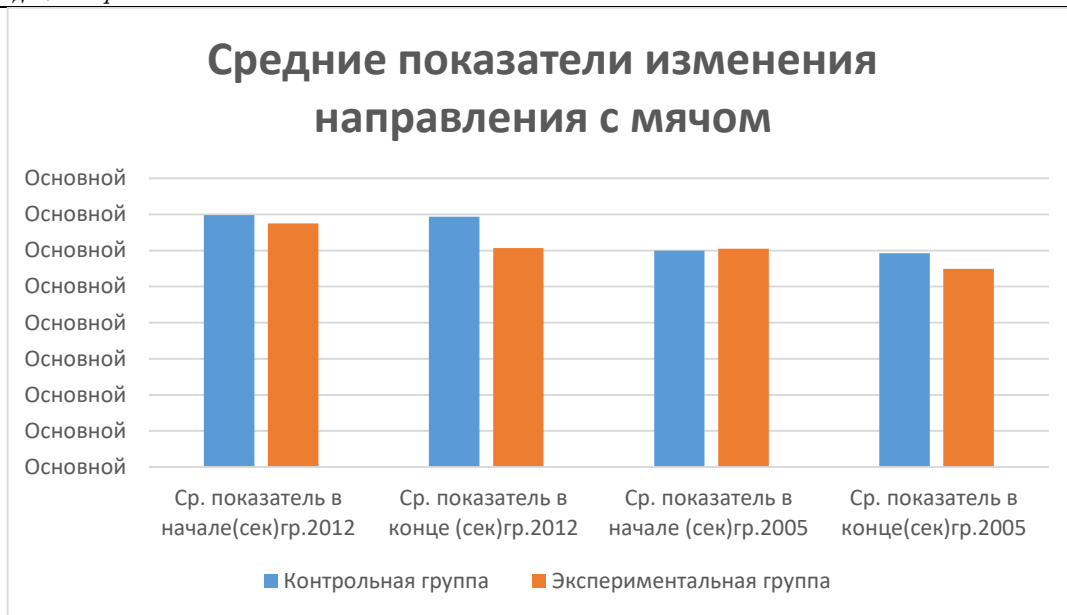


Рис. 7

По диаграмме 7 виден прирост результатов в двух экспериментальных группах 2012 (э)- +1,37и 2005(э)-

По результатам контрольных испытаний, видно, что улучшение результатов произошло во всех группах, однако хороший прирост результатов в экспериментальной группе.

Выводы

В нашем исследовании разработанные комплексы, представляют собой «алгоритмизированные обучающие программы», «модельные тренировочные программы» и «модельные тренировочные задания». Представленный

+1,12, тогда как в контрольных группах, прирост соответственно +0,09 и +0,14.

подход, позволил целенаправленно планировать тренировочный процесс и грамотно воздействовать на подготовку юных футболистов.

Наш эксперимент показал, что при небольшом объеме тренировочной нагрузки, можно добиться развития двигательных и технических навыков у юных спортсменов.

Конфликт интересов

Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

Библиографический список

1. Ашмарин, Б. А. - Теория и методика физического воспитания: Учебник / Б. А. Ашмарин, Ю. А. Виноградов, З. Н. Вяткина. - М: Просвещение, 2020.-287с.
2. Бенгсбо, Й. Оборонительная тактика в футболе / Йенс Бенгсбо, Биргер Пейтерсон. - М.: Олимпийская литература, 2012. - 164 с.
3. Быков, В. С. - Развитие двигательных способностей учащихся: Учебное пособие /В.С. Быков. - Челябинск: УралГАФК, 2018.-74с. 1.
4. Голомазов, С.В. Футбол. Универсальная техника атаки / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. - М.: Дивизион, 2006. - 680 с.
5. Гриндлер, К. Техническая и тактическая подготовка футболистов / К. Гриндлер, Х. Пальке, Х. Хеммо. - М.: Физкультура и спорт, 2012. - 256 с.
6. Киркендалл, Д. Анатомия футбола / Д. Киркендалл. - Минск: Попурри, 2012. - 240 с.
7. Черкашин З.Н. Роль координации движений для совершенствования техники юных футболистов. / З.Н.Черкашин, М.Г. Колодезникова// В сборнике: КОЧНЕВСКИЕ ЧТЕНИЯ - 2020. Материалы V Всероссийской научно-практической (очно-заочной) конференции. 2020. С. 115-120.
8. Чирва, Б.Г. Футбол. Концепция технической и тактической подготовки футболистов / Б.Г. Чирва. - М: Наука, 2008. - 336 с.
9. Чирва, Б.Г. Футбол. Базовые элементы тактики зонного прессинга: моногр. / Б.Г. Чирва. - М.: ТВТ Дивизион, 2006. - 356 с.
10. Шамаев Н.К. Особенности методики физического воспитания в условиях Севера, Якутск: Изд-во Якутского государственного университета. 1996.

References

1. Ashmarin, B. A. - Theory and methods of physical education : Textbook / B. A. Ashmarin, Yu. A. Vinogradov, Z. N. Vyatkina. - Moscow, Prosveshchenie publ., 2020. 287 p.

2. Bengsbo, J. Defensive tactics in football / Jens Bengsbo, Birger Paterson. – Moscow, Olympic Literature publ., 2012. - 164 p.
3. Bykov, V. S. - Development of motor abilities of students : Tutorial / V.S. Bykov. – Chelyabinsk, The Ural State University of Physical Culture publ., 2018. 74 p.
4. Golomazov, S.V. Football. Universal attack technique / S.V. Golomazov, B.G. Chirva. – Moscow, Division publ., 2006. - 680 p.
5. Grindler, K. Technical and tactical training of football players / K. Grindler, H. Palke, H. Hemmo. – Moscow, Physical culture and sport, 2012. - 256 p.
6. Kirkendall, D. Anatomy of football / D. Kirkendall. – Minsk, Potpourri, 2012. - 240 p.
7. Cherkashin Z.N. The role of coordination of movements to improve the technique of young football players. Z.N. Cherkashin, M.G. Kolodeznikova. KOCHNEV READINGS-2020. Materials of the V All-Russian scientific and practical (full-time-correspondence) conference. 2020. P. 115-120.
8. Chirva, B.G. Football. The concept of technical and tactical training of football players / B.G. Chirva. – Moscow, Nauka, 2008. - 336 p.
9. Chirva, B.G. Football. Basic elements of zone pressing tactics: monograph. / B.G. Chirva. – Moscow, TVT Division, 2006. - 356 p.
10. Shamaev N.K. Features of the methodology of physical education in the conditions of the North. Yakutsk, Publishing House of the Yakut State University publ. 1996.

Поступила в редакцию 05.05.2023

Подписана в печать 29.06.2023

Original article

UDC 796.015

DOI: 10.47438/1999-3455_2023_2_194

FOOTBALL: ORGANIZATION OF THE TRAINING PROCESS OF A CHILDREN'S SPORTS SCHOOL IN THE CONDITIONS OF THE REPUBLIC OF SAKHA (YAKUTIA)

Vladislav E. Ivanov ¹, Kirsan S. Kolodeznikov ²

Spartak Junior Football School ¹

Yakutsk, Russia

North-Eastern Federal University named after M. K. Ammosov ²

Yakutsk, Russia

¹ Director

ph.: +7(800)301-02-93, e-mail: ivanov88.ve@gmail.com

ORCID 0009-0007-4097-2065

² PhD of Pedagogy, Associate Professor, Associate Professor of the Department of "The Theory and Methodology of Sports, Sports Kinesiology, Recreational and Adaptive Physical Education"

ph.: -, e-mail: kkirsan@mail.ru

ORCID 0000-0003-3427-5056

Abstract. The purpose of the study: to study the potential for improving the football skills of football players based on the introduction of the "use of limited space" program into the training process. Methods and organization of the study. The following methods were used: literature analysis, observation, conducting a pedagogical experiment. Results of the study and their discussion. This "use of limited space" training program contributes to the simultaneous improvement of the technical and physical fitness of football players. Subject to the recommendations on the use of this technique at the stages of teaching techniques, it is possible to successfully solve the problems of both physical and technical preparedness of football players. According to the results of the control tests, it is clear that the improvement in the results occurred in all groups, but a good increase in the results in the experimental group. "Game in a limited space" became the basis of our experiment and the program as a whole. This allowed young players to improve technical actions during the game, as well as positively affected the development of physical qualities: speed, agility, flexibility and coordination. Conclusion. Our experiment showed that using this program, it is possible to achieve the development of motor and technical skills in young athletes in a short time. The presented approach made it possible to purposefully plan the training process and competently influence the training of young football players.

Keywords: soccer, organization of the training process, children's sports school, model of the training process in a soccer school, use of limited space

Cite as: Ivanov, V. E., Kolodeznikov, K. S. (2023) Football: organization of the training process of a children's sports school in the conditions of the Republic of Sakha (Yakutia). *Physical Culture and Health*. (2), 194-200. (In Russ., abstract in Eng.). doi: 10.47438/1999-3455_2023_2_194.

Received 05.05.2023

Accepted 29.06.2023