

Тема выпускной квалификационной
работы:

**«ОБУЧЕНИЕ ТЕХНИЧЕСКИМ ДЕЙСТВИЯМ ЮНЫХ
ФУТБОЛИСТОВ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ
(8-10 ЛЕТ)»**

Выполнил:

Величкин Александр Михайлович

Студент 4 курса 9042 группы
“Малоохтинского колледжа”

Актуальность данной работы

Состоит в обучении техническим действиям юных футболистов 8-10 лет на начальном этапе подготовки. Самое важное в начальной стадии подготовки, обучить технике футбола, заложить фундамент, это очень важно для дальнейшего обучения технике футбола. Для многих необходим высокий уровень техники приема мяча или удара по воротам. Возрастающая конкуренция в мировом футболе вырастает каждый день, на сколько человек выкладывается на столько он и будет играть. Поэтому требуется еще более качественный подход к специальной подготовке футболистов, основывающийся на принципах индивидуализации и опережающего развития в постоянно изменяющихся условиях, в которых функционируют футболисты.





Объект исследования -
тренировочный процесс в футбольной
секции

Предмет исследования - технические
действия футболистов 8-10 лет на
начальном этапе.



Цель исследования - изучение особенностей общей и специальной физической тренировки на начальном этапе подготовки юных футболистов.

В данной выпускной квалификационной работе решались следующие **задачи**:

- 1) Анализ литературных источников
- 2) Определить исходные показатели технических действий юных футболистов.
- 3) Разработать комплексы специальных упражнений
- 4) Выявить эффективность применения комплексов специальных упражнений для обучения техническим приемам юных футболистов 8-10 лет на начальном этапе.

Гипотеза: предполагается что использование, разработанных нами комплексов специальных упражнений, позволит более эффективно обучать техническим действиям юных футболистов 8-10 лет на начальном этапе подготовки.





Методы исследования:

- 1) Анализ научно - методической литературы.
- 2) Тестирование.
- 3) Педагогический эксперимент.
- 4) Математическая обработка данных.

Организация исследования

Исследование было организовано на базе ШФМ "Невский фронт" Фрунзенского района города Санкт-Петербурга, в период с декабря 2021 года по май 2022 года, в три этапа.

Первый этап проводился с декабря 2021 по март 2022 года и заключался в анализе состояния проблемы по данной теме и выдвижения гипотезы исследования, в отборе тестов для определения уровня технических действий юных футболистов 8-10 лет на начальном этапе подготовки.

Второй этап исследования проводился с марта 2022 года по май 2022 года.

В середине марта 2022 года было проведено первичное тестирование, для определения уровня технических действий юных футболистов 8-10 лет на начальном этапе подготовки. Затем был осуществлен педагогический эксперимент с использованием комплексов специальных упражнений для обучения техническим действиям юных футболистов 8-10 лет на начальном этапе подготовки. После двух месяцев занятий, по разработанным нами комплексов упражнений, было проведено контрольное тестирование технических действий у юношей 8-10 лет (в начале 2022 года).

На третьем этапе (май 2022 год) были подведены результаты исследования, их математическая обработка и анализ полученных результатов исследования.



Педагогический эксперимент

Проводился с целью подтверждения поставленной в работе гипотезы.

В педагогическом эксперименте принимало участие 2 группы: экспериментальная и контрольная. Обе группы состояли из пятнадцати юношей в возрасте 8-10 лет (2012-2014 годов рождения). Занятия проводились 3 раза в неделю по 90 минут.

Контрольная группа занималась по программе ШФМ "Невский Фронт"

Экспериментальная группа занималась по той же программе, но с добавлением комплексов специальных упражнений, направленных на обучение техническим действиям юных футболистов 8-10 лет на начальном этапе подготовки.

На основе анализа специальной литературы, были разработаны два комплекса упражнений, которые не менялись в течение двух месяцев. Комплексы специальных упражнений выполнялись в начале основной части тренировки и чередовались через день.



Упражнения, используемые с занимающимися из экспериментальной группы в учебно-тренировочном процессе

Над каждым комплексом юноши работали 20-25 минут.

1) Комплекс № 1

1. И.П. О.с. мяч на 11 метровой отметке. По команде тренера, нанести удар по воротам в правую сторону, потом в другую сторону.
2. И.П. О.с. Ведение мяча подошвой с разворотом, выполнять ведение вперед до стойки, от стойки развернуть мяч под себя и вести обратно.
3. И.П. мяч перед собой. Подкинуть мяч вверх, принять мяч в первый отскок.
4. И.П. О.с. Ведение мяча до стойки и обратно, при этом мяч должен в ногах передвигаться от одной ноги к другой.

2) Комплекс № 2

1. И.П. О.с. мяч внизу перед собой. Ведение мяча внешней стороной стопы, до стойки, от стойки делать резкий разворот на 180 градусов, в правую сторону и обратно двигаться.
2. И.П. О.с. поставить ногу на мяч. Перекаты из стороны в сторону подошвой, ведение мяча, подошвой правой ногой, на первое касание, на второе касание левой ногой.
3. И.П. О.с. В парах стоя на месте, передавать мяч друг другу в два касания, принять правой ногой подошвой, и выполнить передачу обратно
4. И.П. О.с. мяч поставить к углу штрафной линии. Стоя у угла штрафной линии продвигаться к 11 метровой отметки и нанести удар по воротам.

Для определения уровня физической и технической подготовленности использовались следующие тесты:

Тест №1. Обводка стоек

Тест №2. Удар по воротам

Тест №3. Жонглирование

Тест №4. Передача мяча в маленькие ворота в парах



Анализ результатов исследования

Вначале педагогического эксперимента между испытуемыми контрольной и экспериментальной группами не было выявлено достоверных различий $p > 0,05$.

Таблица 1

Уровень технической подготовленности у юношей 8-10 лет до эксперимента (средний арифметический результат)

| № п/п | Контрольное упражнение (тест) | Контрольная группа | Экспериментальная группа | Достоверность |
|-------|---|--------------------|--------------------------|--------------------------------|
| 1 | Обводка стоек (оценивается кол-во правильно обведенных стоек) | 6 | 6 | $t\phi < \text{при } P > 0,05$ |
| 2 | Удар по воротам с добиванием (кол-во забитых мячей) | 7 | 7,5 | $t\phi < \text{при } P > 0,05$ |
| 3 | Жонглирование, кол-во раз | 23 | 24 | $t\phi < \text{при } P > 0,05$ |
| 4 | Передача мяча в маленькие ворота, кол-во раз | 7 | 6 | $t\phi < \text{при } P > 0,05$ |

В ходе контрольного тестирования в конце педагогического эксперимента между контрольной и экспериментальной группами нами были получены не во всех тестах достоверно отличные данные уровня технической подготовленности занимающихся, где $P < 0,05$.

Таблица 2

Уровень технической подготовленности у юношей 8-10 лет
после эксперимента

| № п/п | Контрольное упражнение (тест) | Контрольная группа | Эксперименталь ная группа | Достовер ность |
|----------|---|-----------------------|------------------------------|--------------------------------|
| 1 | Обводка стоек (оценивается кол-во правильно обведенных стоек) | 7 | 9 | $t\phi < \text{при } P > 0,05$ |
| 2 | Удар по воротам с добиванием (кол-во забитых мячей) | 8 | 11 | $t\phi > \text{при } P > 0,05$ |
| 3 | Жонглирование, кол-во раз | 26 | 37 | $t\phi > \text{при } P > 0,05$ |
| 4 | Передача мяча в маленькие ворота, кол-во раз | 8 | 10 | $t\phi < \text{при } P > 0,05$ |

Выводы:

Проанализировав различные научно-литературные источники, были созданы комплексы упражнений, для обучения технических действий юных футболистов 8-10 лет.

Были разработаны 2 комплекса специальных упражнений, направленные на обучение техническим действиям у юношей 8-10 лет. Они выполнялись в конце (в основной части) подготовительной части, и начале основной части занятия. В течении 2 месяцев комплексы не менялись.

Была выявлена эффективность разработанных комплексов упражнений. При сравнении результатов на начало и конец эксперимента было выявлено, что показатели уровня технических действий у юношей, после проведения эксперимента у экспериментальной группы выше, чем у испытуемых контрольной группы.

В среднем результат в контрольной группе улучшился на 1-2 раза, а в экспериментальной группе – на 2 раза. При этом в контрольной группе у 60% юношей результаты почти не изменились по сравнению с исходными данными, в экспериментальной группе прирост в показателях демонстрировали все испытуемые.

Поскольку в экспериментальной группе прирост был выше, можно говорить об эффективности разработанных комплексов упражнений для обучение техническим действиям юных футболистов 8-10 лет на начальном этапе подготовки.



Благодарю за внимание!