



Кафедра теории и методике физической культуры и спорта

**ДИПЛОМНАЯ РАБОТА**

**ИНТЕГРАЛЬНАЯ  
ПОДГОТОВКА  
ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ**



*Работу выполнил:*

**Черкасов Иван Валентинович,  
студент 6 курса заочной формы  
обучения факультета физической  
культуры специальности 050720.65  
Физическая культура (специализация  
«Физическое воспитание в  
дошкольных учреждениях»)**

*Научный руководитель:*

**Хромцов Николай Евгеньевич,  
Кандидат педагогических наук, доцент  
кафедры теории и методики  
физической культуры и спорта**



# Актуальность

Согласно современным требованиям к научным исследованиям в области детско-юношеского спорта первостепенное их внимание должно быть сконцентрировано на совершенствовании содержания основных программно-методических документов.

Проблема подготовки юных футболистов является одной из наиболее важных в современной спортивно-педагогической науке, так как в юношеском возрасте закладываются основы физической, технической, тактической, психологической и теоретической



**Объект исследования** –  
учебно-тренировочный процесс  
юных футболистов 9-10 лет.

**Предмет** – интегральная подготовка  
юных футболистов 9-10 лет.



# **Цель исследования**

**Разработать и обосновать  
программу интегральной  
ПОДГОТОВКИ**

**юных футболистов 9-10 лет.**



# **Гипотеза исследования**

**Предполагалось, что разработанная программа интегральной подготовки юных футболистов**

**9-10 лет на основе учета различных сторон подготовки позволит значительно повысить уровень физических способностей, технического и тактического мастерства спортсменов.**



# Задачи исследования

1. Провести анализ научно-методической литературы по проблеме исследования
2. Определить уровень физической, технической и тактической подготовленности юных футболистов.
3. Разработать программу интегральной подготовки юных футболистов 9-10 лет.
4. Определить эффективность программы интегральной подготовки юных футболистов 9-10 лет.



# Методы исследования

Анализ научно-методической литературы, педагогические наблюдения, анализ уровня физического развития; тестирование физической, технической и тактической подготовленности; педагогический эксперимент, экспертная оценка, методы математической статистики.



# Экспериментальная база

Секция по футболу в

СДЮШОР № 1,

«Текстильщик» Иваново



# ПОКАЗАТЕЛИ ФИЗИЧЕСКОЙ И ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ

Контрольные упражнения		До эксперимента		После эксперимента		р
		эксперимента	эксперимента	эксперимента	эксперимента	
Бег на 30 м с высокого старта, с		5,12±0,04	5,05±0,05	<0,05		<0,05
Бег на 300 м		63,16±5,4	58,73±3,8	<0,05		<0,05
Прыжок в длину с места	Контрольные упражнения	До эксперимента	После эксперимента	<0,05	54	<0,05
		та	а			<0,05
Вбрасывание мяча двумя	Бег на 30 м с высокого старта, с	5,12±0,04	5,05±0,05	<0,05	65	
	Бег на 300 м	63,16±5,4	58,73±3,8	<0,05		
Ведение мяча по прямой	Прыжок в длину с места, см	165,5±3,19	174,7±4,54	<0,05	04	<0,05
	Вбрасывание мяча двумя руками из-за головы, м	11,3±0,68	12,4±0,65	<0,05		
Ведение мяча, обводка	Ведение мяча по прямой 30 м, с	6,67±0,04	6,07±0,04	<0,05		
	Технико-тактическая подготовка				08	<0,05
Удары на дальность, м	Ведение мяча, обводка стоек, удар по воротам, с	8,75±0,07	8,78±0,08	<0,05		
	Удары на дальность, м	35,3±1,19	41,2±1,26	<0,05	26	<0,05
Удары на точность, кол-во раз	Удары на точность, кол-во раз	4,03±0,32	5,25±0,15	<0,05	15	<0,05
	Жонглирование мячом, кол-во раз	11,4±1,23	17,25±1,26	<0,05		
Жонглирование мячом, кол-во раз		11,4±1,23	17,25±1,26	<0,05		<0,05



# ПОКАЗАТЕЛИ ФИЗИЧЕСКОЙ И ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ПОСЛЕ ПРОВЕДЕНИЯ ЭКСПЕРИМЕНТА



Технико-тактические действия		ДЮСШ г. Иваново		Р
		Матчи первой половины	Матчи второй половины	
		1-го круга	2-го круга	
Короткие и средние передачи вперед	кол-во	98,4±5,18	112,6±3,91	<0,0 5
	брак, %	38,2±2,12	37,4±1,48	<0,0 5
Короткие и средние передачи назад и поперек	кол-во	136,7±5,34	111,8±4,12	<0,0 5
	брак, %	23,1±0,69	22,9±0,85	<0,0 5
Длинные передачи	кол-во	37,6±3,59	45,5±4,19	>0,0 5
	брак, %	41,8±2,44	29,4±1,76	<0,0 5
Ведения	кол-во	46,4±3,96	36,8±3,57	>0,0 5
	брак, %	12,5±0,48	8,7±0,39	>0,0 5
Обводки	кол-во	25,7±4,23	19,4±2,21	>0,0 5
	брак, %	31,9±1,49	18,5±2,12	<0,0 5
Отборы	кол-во	19,8±1,18	19,6±1,28	>0,0 5
	брак, %	22,5±1,26	18,9±0,94	<0,0 5
Перехваты	кол-во	79,7±5,45	86,6±4,32	<0,0 5
	брак, %	52,1±1,43	39,5±1,76	<0,0 1
Игра головой	кол-во	29,2±2,26	26,3±2,54	>0,0 5
	брак, %	44,4±1,57	47,0±1,47	<0,0 5
	кол-во	15,4±1,53	23,7±1,17	<0,0



# Результаты исследования

Исходя из вышесказанного, можно судить о том, что разработанная программа интегральной подготовки юных футболистов 9-10 лет на основе учета различных сторон показала свою эффективность и выдвинутая гипотеза подтверждена.



# ВЫВОДЫ

1. Интегральная подготовка – это процесс объединения всех видов подготовки спортсмена в единую систему для реализации стратегических задач индивидуальной или командной спортивной борьбы.
2. Процесс усвоения материала должен проходить в строгой последовательности, с использованием упражнений соответствующей сложности для более быстрого и эффективного усвоения технических и тактических приемов.



# ФОТОМАТЕРИАЛЫ ЭКСПЕРИМЕНТА

























**БЛАГОДАРЮ  
ЗА ВНИМАНИЕ!**