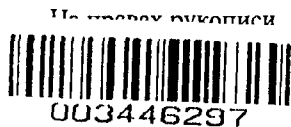


21



Чирва Борис Григорьевич

**БАЗОВАЯ И ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ТЕХНИЧЕСКАЯ
И ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ФУТБОЛИСТОВ**

13 00 04 – Теория и методика физического воспитания,
спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной
физической культуры

Автореферат диссертации на соискание ученой степени
доктора педагогических наук

Москва – 2008

22 СЕН 2008

Работа выполнена в ФГОУ ВПО «Российский государственный университет физической культуры, спорта и туризма»

Научный консультант доктор педагогических наук, профессор
Голомазов Станислав Вениаминович

Официальные оппоненты: доктор педагогических наук, профессор
Шестаков Михаил Петрович

доктор педагогических наук, профессор
Губа Владимир Петрович

доктор педагогических наук, профессор
Золотарев Александр Петрович

Ведущая организация ГОУ ВПО «Московская государственная академия физической культуры»

Защита состоится «*7*» *сентября* 2008 года в *1400* часов на заседании диссертационного совета Д 311 003 01 при ФГОУ ВПО «Российский государственный университет физической культуры, спорта и туризма» по адресу 105122, Москва, Сиреневый бульвар, 4, ауд 603

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке ФГОУ ВПО «Российский государственный университет физической культуры, спорта и туризма»

Автореферат разослан 2008 года

Ученый секретарь
 диссертационного совета



Шалманов А А

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Эффективность соревновательной деятельности в футболе определяется уровнем специальной работоспособности футболистов, который предполагает гармоничное сочетание основных ее составляющих техники владения мячом, тактического мастерства, двигательных возможностей, психологической подготовленности (Г М Гагаева, 1969, А М Зеленцов, В В. Лобановский, 1975, Г С Зонин, 1974, С Ю. Тюленьков, 1996, М С Полишкис, В А. Выжгин, 1999, В Н Шамардин, 2002)

В силу того что сутью игры в футбол является доставка мяча на ударную позицию и взятие ворот, несмотря на несомненную важность развития двигательных качеств и функциональных возможностей, первостепенную роль в футболе играют техническое и тактическое мастерство футболистов

Это обусловило повышенное внимание специалистов футбола к анализу тенденций развития техники и тактики игры (А А Аверьянов, 2003, А Бубнов, 2000, Ю А Морозов, 1977), поиску наиболее рациональных вариантов построения атакующих и оборонительных действий (А.А. Аверьянов, 2003; А М Зеленцов, 1989, Ю Колосовский, 2006, Г А Лисенчук, 1991, Н М Люкшинов, Г В Мешков, 1979), выявлению эффективных методов и средств технической и тактической подготовки квалифицированных футболистов (Г А Голденко, 1984, В Губа, Н Ермаков, И. Строева, 2002, Г С Зонин, 1974; В Н Колобов, 1987, М.С Полишкис, В А Выжгин, Р Р Сагаста, 1989, Г.А. Рымашевский, 1978), исследованию различных аспектов обучения технике и тактике игры юных футболистов (В В. Варюшин, 1987, В А Выжгин, 1972, А Я Долгов, 1990, А П Золотарев, 1987, 1997; В З Ивасев, 2001, И А Клесов, 1991, В И Козловский, 1979, Н М Люкшинов, 2003; А В Петухов, 2006, М К Хоутка, 1959)

Вместе с тем анализ литературных данных и опыта работы в детско-юношеском и профессиональном футболе показывает, что есть ряд вопросов, касающихся методики технической и тактической подготовки футболистов, которые к настоящему времени изучены еще недостаточно глубоко

К этим вопросам можно отнести

- вероятность происхождения различных событий и действий в соревновательных играх,
- особенности выполнения футболистами действий с мячом в разных условиях соревновательных игр,
- явление переноса тренированности в точности и скорости действий с мячом при переходе от тренировочных условий к условиям соревновательных игр,
- основное направление работы и алгоритм построения упражнений при совершенствовании профессиональными футболистами технического мастерства,
- возможности освоения квалифицированными футболистами зрелого возраста новых для них технических навыков,
- благоприятные возрастные периоды для обучения юных футболистов скорости и точности действий с мячом и принципиальные подходы к подбору упражнений, используемых на разных возрастных этапах при обучении технике игры,
- подход к определению эффективных вариантов тактических атакующих и оборонительных действий футболистов в разных эпизодах соревновательных игр

Вышеназванные проблемы, с одной стороны, еще не в полной мере изученные, а с другой – несомненно, важные для совершенствования методики технической и тактической подготовки футболистов, предопределили актуальность настоящего исследования

Объект исследования – тренировочная и соревновательная деятельность футболистов детско-юношеского возраста и профессиональных команд в разделе техники и тактики игры

Предмет исследования – методика базовой и профессиональной технической и тактической подготовки футболистов

Гипотеза исследования В качестве гипотез исследования были выдвинуты предположения о том, что

- совершенствование профессиональными футболистами технического мастерства определяется эффективностью применяемых упражнений, которая зависит от того, учитывались ли при их организации аналитические закономерности игры в футбол, специфика в исполнении технических приемов в соревновательных играх и закономерности переноса тренированности в быстроте и точности действий с мячом,

- становление технического мастерства юных футболистов связано со своевременностью применения соответствующих упражнений в многолетнем плане, которая определяется тем, используются ли данные упражнения в благоприятные возрастные периоды для воздействия на отдельные составляющие, определяющие быстроту и точность действий футболистов с мячом;

- повышение тактического мастерства отдельных футболистов и команд в целом обусловлено, в том числе и использованием при выборе тактики игры, планировании тренировочного процесса и определении пропорций в работе над отдельными составляющими тактической подготовленности игроков аналитических закономерностей доставки мяча на ударную позицию и взятия ворот в футболе

Цель исследования – совершенствование методики технической и тактической подготовки футболистов детско-юношеского возраста и профессиональных команд.

Задачи исследования. Основными задачами исследования являлись следующие

1 Выявить аналитические закономерности игры в футбол посредством анализа игр команд высокой квалификации

2 Проанализировать техническое выполнение футболистами действий с мячом в соревновательных играх на предмет выявления специфики в их исполнении и факторов, ее обуславливающих

3 Провести экспериментальное исследование переноса тренированности в быстроте и точности действий с мячом при переходе от тренировочных условий к условиям соревновательных игр

4 Сформулировать основное направление работы, принципы и методы тренировки при совершенствовании профессиональными футболистами технического мастерства

5 Экспериментально проверить возможности освоения квалифицированными футболистами зрелого возраста новых для них способов оперирования мячом

6. Определить благоприятные возрастные периоды для обучения юных футболистов быстроте и точности действий с мячом; сформулировать основные задачи, определить акценты в работе и особенности методики при становлении технического мастерства в различные возрастные периоды

7 Проанализировать тенденции развития тактики игры в футбол и разработать подходы к построению тактических индивидуальных и командных действий футболистов с использованием в качестве основы для выбора тактики игры аналитических закономерностей взятия ворот в футболе

8 Разработать методику контроля действий футболистов с мячом по трем основным направлениям. игровая деятельность, подготовленность игроков, построение упражнений с мячом и качество их выполнения

Методологической основой и теоретической базой исследования послужили работы специалистов в области:

- теории и методики спортивной тренировки (В М Дьячков, 1972, Л П Матвеев, 1991, 1997, Н Г Озолин, 1970, В Н Платонов, 1984, М П Шестаков, 1998, Б Н Шустин, 1985),

- теории и методики спортивных игр (А. Гомельский, 1966; В Я Игнатъева, 1983, В Я Игнатъева, Ю М Портнов, 1986, С В Малиновский, 1981, Ю М Портнов, 1989, 1996; Ю Д Железняк, Ю М Портнов, 2001, В А Усков, 2004, М М Шестаков, 1992),

- теории и методики детско-юношеского спорта (Л В Волков, 1984, А А Гужаловский, 1978, 1979, Ю Д Железняк, 1981, В Я Игнатъева, 1995, М Я Набатникова, 1982, В П Филин, Н А Фомин, 1980, Н А Фомин, В П Филин, 1972),

- теории и методики подготовки квалифицированных футболистов (Ю М Арестов, М А Годик, 1980, Б А Аркадьев, 1962, О П Базилевич, 1983, А М Зеленцов, В В Лобановский, 1985, Г С Зонин, 1974, Г Д Качалин, 1986, Н М Люкшинов, А И Шамардин, 2000, В Н Шамардин, 1978, М С Полишкис, В А Выжгин, Р Р Сагасты, 1989, С А Савин, 1963, 1975, С Ю Тюленьков, 1996, 1998, М С Полишкис, В А Выжгин, 1999),

- теории и методики подготовки юных футболистов (В В Варюшин, 1997, В А Выжгин, 1972, Л Я Евгеньева, 2004, А П Золотарев, 1987, 1997, В И Козловский, 1979, А П Лаптев, А А Сучилин, 1983, А В Петухов, 1990, 2006, М С Полишкис, 1984, А И Шамардин, 2000.);

- спортивной метрологии (Б А Ашмарин, 1979, Х Бубе и др , 1968, В М Зациорский, 1979, 1972, Н А Плохинский, 1970),

- контроля тренировочной и соревновательной деятельности в футболе (Г М Гаджиев, М А Годик, Г.С Зонин, 1982, М А Годик, 1980, Г А Голденко, 1989; Н М Люкшинов, 1989, Ал А Н , 1988)

Для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования. анализ научно-методической литературы, педагогические наблюдения, анализ видеозаписей игр, методы тестирования технических и двигательных возможностей и оценки соревновательной деятельности, педагогические эксперименты (сравнительный, параллельный, лонгитудинальный), экспертные оценки методом парного сравнения; методы математической статистики, в том числе методы оценки надежности и информативности тестов, корреляционный анализ, факторный анализ, однофакторный дисперсионный анализ

Достоверность полученных результатов обеспечена методологической базой исследования, адекватностью используемых методов исследования поставленным задачам, достаточным объемом экспериментального материала, корректностью статистической обработки цифровых данных

Организация исследований. Исследования проводились в период с 1992 по 2006 г по нескольким направлениям

- анализ литературных источников по проблемам теории и методики технической и тактической подготовки футболистов профессиональных команд и детско-юношеского возраста,
- выявление аналитических закономерностей игры в футбол на основании данных игровой деятельности команд высокой квалификации,
- определение благоприятных возрастных периодов для обучения юных футболистов точности действий с мячом посредством лонгитудинального исследования, в котором участвовали 11-17-летние футболисты и школьники, не занимающиеся футболом,
- изучение явления переноса тренированности в быстроте и точности действий с мячом посредством экспериментального исследования, в котором участвовали футболисты 16-18 лет, и экспериментальная проверка возможностей и сроков освоения профессиональными футболистами (команд Премьер-лиги Чемпионата России) новых технических навыков,

- разработка методики технической подготовки профессиональных футболистов и подхода к моделированию тактических действий футболистов, предполагающего использование для этого закономерностей игры в футбол, и анализ их реализации в соревновательной практике профессиональных команд по футболу,

- разработка и апробирование в профессиональных командах и детско-юношеских футбольных школах системы контроля качества действий с мячом в тренировках и соревновательных играх

Научная новизна основных результатов исследования и его выводов связана с решением одной из наиболее значимых проблем теории и методики подготовки спортсменов игровых видов спорта – становлением и совершенствованием технического и тактического мастерства. Впервые.

- разработан подход к выявлению аналитических закономерностей тех спортивных игр, в которых имеет место доставка мяча на ударную позицию и взятие ворот;

- сформулированы основные положения переноса тренированности в точности и скорости действий с мячом при переходе от условий тренировочных упражнений к условиям соревновательных игр,

- разработана система совершенствования технического мастерства профессиональными футболистами, основанная на учете аналитических закономерностей игры в футбол, специфики в исполнении технических приемов в разных зонах поля в соревновательных играх и закономерностей переноса тренированности в точности и скорости действий с мячом,

- сформулирован подход к определению благоприятных возрастных периодов для обучения юных спортсменов точности и скорости действий с мячом, предполагающий комплексную оценку возрастной динамики быстроты и точности выполнения специфических и неспецифических действий,

степени происходящих через год изменений в быстроте и точности данных действий в разном возрасте, влияния возрастного развития и занятий конкретным видом спортивных игр на эти изменения,

- выявлены благоприятные возрастные периоды для тренировочного воздействия в 11-17 лет на отдельные составляющие, определяющие точность и быстроту действий футболистов с мячом,

- предлагается подход к построению игры команд в игровых видах спорта, предполагающий моделирование тактических атакующих и оборонительных действий на основании аналитических закономерностей конкретных спортивных игр;

- сформулированы основные направления контроля качества действий спортсменов с мячом в тренировках и соревнованиях в спортивных играх

Теоретическая значимость исследования Результаты исследования позволили разработать концептуальный подход к решению проблемы становления и совершенствования технического и тактического мастерства спортсменов различных видов командных спортивных игр

Этот подход предполагает построение базовой и профессиональной технической и тактической подготовки спортсменов в игровых видах спорта обязательно с учетом аналитических закономерностей конкретных спортивных игр, специфики в исполнении спортсменами технических приемов в соревновательных играх, закономерностей переноса тренированности в быстроте и точности действий с мячом, благоприятных возрастных периодов для воздействия на отдельные составляющие, определяющие быстроту и точность действий с мячом

Полученные в исследовании данные дополняют и развивают теоретические основы системы подготовки спортсменов в игровых видах спорта

Практическая значимость исследования

Разработана методика совершенствования технического мастерства профессиональными футболистами, в рамках которой сформулированы основное направление работы, алгоритм (постановка задач, определение формы и содержания упражнения), принципы и методы построения упражнений; дается классификация упражнений

Предлагается периодизация многолетней технической подготовки юных футболистов с учетом благоприятных возрастных периодов для обучения умениям быстро и точно действовать с мячом. Определены основные этапы становления технического мастерства, основные задачи, которые необходимо решить на этих этапах, акценты в работе и методы построения тренировочных упражнений в различные возрастные периоды

Разработан подход к моделированию тактики игры, предполагающий выбор рациональных действий футболистов на основании аналитических закономерностей игры в футбол, и предлагаются варианты построения атакующих и оборонительных действий в соревновательных играх

Предложена методика контроля игровой деятельности, технической подготовленности футболистов, построения и качества выполнения тренировочных упражнений с мячом

Теоретические положения и методические разработки внедрены в практику преподавания теории и методики футбола и подготовки футболистов профессиональных команд и детско-юношеского возраста

Личный вклад автора в разработку проблемы заключается в самостоятельной постановке проблемы, определении задач и выборе адекватных методов исследования, проведении наблюдений, обследований и экспериментов, статистической обработке данных, анализе и теоретическом обосновании полученных результатов, внедрении разработанных методик в практику подготовки юных и профессиональных футболистов

Основные положения, выносимые на защиту

1 Аналитические закономерности игры в футбол, выявленные на основе статистического анализа игровой деятельности футболистов высокой квалификации и отражающие вероятность прохождения различных событий и действий в соревновательных играх при доставке мяча на ударную позицию и взятии ворот

2 Закономерности переноса тренированности в точности выполнения действий с мячом, определяющие то, что не происходит переноса тренированности, если действия с мячом тренируются в одних условиях (по внешней форме движений футболистов; скорости исполнения приемов, усилиям, прилагаемым игроками для их выполнения), а выполнять их необходимо в других условиях

3 Методика технической подготовки профессиональных футболистов, разработанная с учетом аналитических закономерностей игры в футбол, специфики в технике выполнения действий с мячом в различных игровых ситуациях, закономерностей переноса тренированности в точности и скорости действий с мячом, и предполагающая в качестве основного направления работы тренировку «техники эпизодов игры»

4 Периодизация многолетней технической подготовки юных футболистов, основанная на учете благоприятных возрастных периодов для воздействия на отдельные составляющие, определяющие скорость и точность действий футболистов с мячом, и методика становления технического мастерства

5 Подход к моделированию тактики игры футбольных команд в целом и действий футболистов в отдельных типичных игровых ситуациях, предполагающий использование для определения наиболее эффективных вариантов тактических индивидуальных, групповых и командных действий аналитических закономерностей игры в футбол

6 Методика контроля действий футболистов с мячом в тренировках и соревновательных играх, построения тренировочных упражнений с мячом и качества их выполнения

Апробация результатов исследования.

Результаты исследования опубликованы более чем в 100 публикациях, в том числе монографиях и методических пособиях и разработках

Материалы диссертации

– использовались при проведении курсов лекций в Высшей школе тренеров по футболу России и в рамках программы лицензирования тренеров профессиональных команд (категории «С», «В», «А» и «Pro») в России, Украине, Казахстане;

– легли в основу семинара «Инновационные методики подготовки юных футболистов», проводимым Фондом «Национальная академия футбола» для тренеров детско-юношеских футбольных школ

Разработанные методики технической и тактической подготовки футболистов внедрены в детско-юношеских футбольных школах и ряде профессиональных команд, в том числе в командах Премьер-лиги Чемпионата России (ЦСКА; Крылья Советов, Самара; Динамо, Москва, Сатурн, Московская область; Терек, Грозный, Спартак, Нальчик)

Создан учебно-методический фильм «Обучение технике ведения мяча «в шаге»

Структура и объем диссертации Работа изложена на 350 страницах машинописного текста и состоит из введения, шести глав, выводов, списка литературы и приложения. Текст иллюстрирован 55 рисунками и 41 таблицами. В списке литературы 400 источников, из них 30 – на иностранных языках. В приложении приведены 11 актов внедрения результатов исследования в практику учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности футболистов детско-юношеского возраста и профессиональных команд.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

1. Основные проблемы технической и тактической подготовленности футболистов

Анализ специальной литературы, тенденций развития футбола, данных наблюдений за игровой и тренировочной деятельностью футболистов позволил сформулировать несколько основных проблем технической и тактической подготовленности футболистов, и, соответственно, направлений проведения исследований для их решения

В футболе высокого уровня в настоящее время одними из главных проблем являются повышение эффективности выполнения ударов по воротам, в первую очередь в плане попадания мяча в створ ворот (табл 1), и увеличение количества «эпизодов игры» в штрафной площади соперника, что связано с техническим и тактическим мастерством футболистов

Таблица 1

Попадание мяча в створ ворот, взятие ворот и парирование мяча
вратарем (в %) после ударов по воротам, нанесенных из разных зон поля
(размах средних данных по итогам игр Кубков Мира и Первенств Европы)

Удары по воротам	Попадание мяча в створ ворот	Взятие ворот	Париро- вание мяча вратарем
Ногой «с игры» из площади ворот	84-88	54-57	28-31
Ногой «с игры» из штрафной площади (исключая площадь ворот)	50-54	15-20	31-34
Ногой «с игры» из-за штрафной площади не далее 25 м от ворот	31-35	3-5	29-33
Головой из штрафной площади (исключая площадь ворот)	33-37	4-7	30-34
Со штрафных ударов из-за штрафной площади	32-37	3-6	28-33

Возможности достижения профессиональными игроками более высокой точности действий с мячом при прочих равных условиях (равной природной одаренности, двигательной подготовленности) определяются именно тренировкой. В связи с этим возникает проблема эффективности применяемых в практике работы с квалифицированными футболистами упражнений с мячом в аспекте того, позволяют ли эти упражнения повышать то мастерство владения мячом, которое необходимо для игры в футбол.

Ее решение предполагает определение специфики в технике исполнения действий с мячом в разных игровых ситуациях и закономерностей переноса точности действий с мячом при переходе от тренировочных условий к условиям соревновательных игр и на этом основании формализацию принципов и методов совершенствования профессиональными футболистами технического мастерства.

В детском и юношеском возрасте возможности точно и быстро выполнять действия с мячом определяют степень освоения рациональной структуры движений с мячом, уровень развития двигательной чувствительности и двигательных качеств. В связи с этим важно определить те возрастные периоды, когда тренировки оказывают наиболее сильное влияние на те составляющие, которые определяют умения точно и быстро действовать с мячом, сформулировать основные задачи, которые необходимо решить в эти периоды, и методы построения упражнений.

В соревновательных играх различные события и действия встречаются чаще или реже, что дает основание предположить наличие определенных закономерностей доставки мяча на ударную позицию и взятия ворот. Ввиду того что эти закономерности связаны как с техническими, так и с тактическими возможностями игроков, они могут являться основой для выбора тактики игры и построения технической и тактической подготовки квалифицированных футболистов.

2. Аналитические закономерности игры в футбол

В результате статистического анализа игр команд высокой квалификации были выявлены аналитические закономерности игры в футбол, основные из которых характеризуют

Значимость гола для результата игры:

- команды, первыми забивающие гол в матче, в 90% случаев по крайней мере не проигрывают;
- команды, которым удается забить первыми два гола подряд, более чем в 90% случаев одерживают победы, а проигрывают в редких случаях,
- первые в игре голы, забиваемые в первой половине первого тайма, более весомы для достижения командой победы в матче

Вероятность второго подряд взятия ворот и пропустить ответный гол в разные интервалы времени после забитого гола:

- если команде удастся забить в игре два гола подряд и эти два гола являются первым и вторым в матче, в одной трети случаев второй гол забивается в течение 10 минут после первого,
- если два забитых подряд командой гола являются для нее вторым и третьим в игре, то третий гол забивается в течение 10 «стрессовых» минут уже в 40% случаев,
- если команда, забившая гол, не смогла в течение 10 минут забить второй гол, то команда, пропустившая гол, в промежутке от 10 до 20 минут после пропущенного гола имеет наибольшие шансы забить ответный гол

Соотношение голов, забиваемых «с игры» и «со стандартных положений»:

- «с игры» и «со стандартных положений» забивается соответственно 65-73% и 27-35% всех голов,
- при выполнении штрафных и свободных ударов забивается 13-15%, угловых ударов – 8-10%, 11-метровых ударов – 8-10% всех голов

Вероятность гола и назначения 11-метрового удара в зависимости от места и варианта начала атаки:

– вероятность взятия ворот и назначения 11-метрового удара после атак, начинающихся с отбора или перехвата мяча у соперника в зоне атаки, примерно в 3 раза выше в сравнении с теми случаями, когда такие атаки начинаются в зоне обороны атакующей команды или в средней зоне (3-4% и 1,0-1,2%);

– вероятность взятия ворот и назначения 11-метрового удара после атак, которые начинаются с ввода мяча в игру со штрафных и свободных ударов путем выполнения передачи из средней зоны или из зоны обороны атакующей команды, составляет в среднем 0,6-0,7%, а которые начинаются из зоны атаки – 3-4%,

– вероятность взятия ворот и назначения 11-метрового удара после атак, начинающихся с вбрасывания мяча из-за боковой линии, – 0,2-0,6%, и чем дальше от ворот соперника начинаются такие атаки, тем она меньше

Закономерности развития голевых атак:

– из всех голевых атак, начинающихся «с игры», две трети составляют атаки, длительностью не более 15 с, причем в одной трети случаев голевые атаки проходят не более 10 с,

– из всех голевых атак, начинающихся «со стандартных положений», примерно 80% составляют атаки, длительность которых не более 15 с,

– с увеличением количества передач, выполненных с момента овладения командой мячом до нанесения удара по воротам, вероятность гола снижается (рис 1);

– больше половины голов забивается, когда перед нанесением удара по воротам делается от одной до пяти передач мяча, при проведении атак, в которых выполняется шесть-семь передач мяча и более, вероятность гола незначительна и примерно одинакова (3-5%)

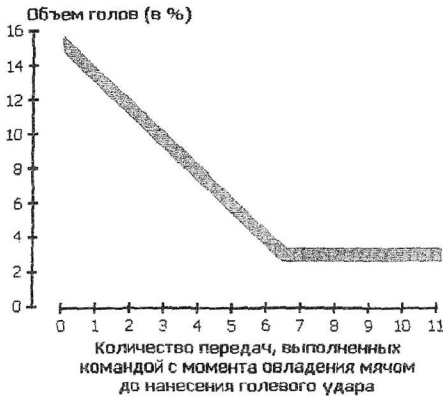


Рис. 1 Объем голов (в %), забиваемых при проведении атак с разным количеством передач мяча, выполняемых командой с момента овладения мячом до нанесения голевого удара (по итогам игр Кубков Мира и Первенств Европы)

Вероятность попадания мяча в створ ворот и гола в зависимости от дистанции ударов:

— с увеличением расстояния на 1 м вероятность попадания мяча в створ ворот снижается примерно на 3%;

— при выполнении ударов по воротам в играх с 23-25 м вероятность попадания мяча в створ ворот примерно равна вероятности париирования мяча вратарями (порядка 30%), а с 33-35 м — не более 5% (рис. 2).



Рис. 2 Изменение вероятности попадания мяча в створ ворот и вероятности гола (в %) в зависимости от дистанции ударов, выполняемых в соревновательных играх

Закономерности выполнения последнего хода перед нанесением голевого удара:

- чаще всего передача мяча или перемещение с мячом перед голевым ударом выполняется не далее 35 м от линии ворот обороняющейся команды,
- в штрафной площади голевые передачи выполняются из двух областей, каждая из которых находится между боковой линией штрафной площади и боковой линией площади ворот, продолженной в поле,
- перемещения с мячом, которые заканчиваются нанесением голевого удара в штрафной площади, в одних случаях выполняются в штрафной площади, а в других – начинаются из-за пределов штрафной площади,
- голевые передачи мяча «с игры» из-за штрафной площади выполняются в основном из мест, находящихся у боковых линий штрафной площади, а также из области, которая находится напротив штрафной площади по всей ее ширине на расстоянии 20-30 м от линии ворот

Соотношение голов, забиваемых из площади ворот, штрафной площади и из-за штрафной площади:

- в среднем порядка 80-85% всех голов забивается из штрафной площади, причем примерно 20% – непосредственно из площади ворот,
- ударами, выполняемыми из-за штрафной площади, забивается не более 15-20% голов, в большинстве случаев не далее 25 м от ворот

Области выполнения голевых ударов:

- 90-95% голов из тех, что забиваются в штрафной площади, забивается из области овальной формы шириной порядка 25 м, которая расположена на расстоянии от 2 до 16 м от линии ворот и с позиции вратаря обороняющейся команды смещена влево относительно ворот (рис 3),
- из всех голов, которые забиваются «с игры» в штрафной площади ударами ногой, две трети забивается из положений под углом к воротам,
- 80-90% всех голов, забиваемых головой, забивается из области размером 10х10 м, находящейся напротив ворот от 2 до 12 м от линии ворот,

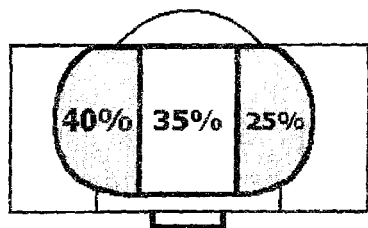


Рис. 3 Область, из которой забивается 90-95% голов в штрафной площади, и соотношение голов (в %), забитых ногой «с игры» из разных областей штрафной площади (по итогам игр Кубков Мира и Первенств Европы)

- голы после ударов по воротам «с игры» из-за штрафной площади, как правило, забиваются не далее 25 м от линии ворот из области шириной 30 м;
- голы со штрафных ударов забиваются, как правило, из области, находящейся в 18-28 м от ворот и по ширине меньше ширины штрафной площади.

3. Совершенствование технического мастерства профессиональными футболистами

Специфика в исполнении действий с мячом в разных ситуациях соревновательных игр

Анализ игровой деятельности футболистов высокой квалификации показал, что отличительными чертами техники индивидуальных действий с мячом являются умения играть с максимальной мощностью, в физическом контакте с соперником, в положении спиной к сопернику, при реализации «стандартных положений».

Тенденциями развития техники футбола являются:

- выполнение игроками действий с мячом на разных участках поля с определенной спецификой, характерной для конкретных мест и условий;
- использование игроками универсального способа оперирования мячом – шаговыми ударными движениями («в шагс»).

Специфику в технике выполнения футболистами действий с мячом в разных эпизодах соревновательных игр определяют пять основных факторов:

место выполнения приемов, исходное положение игрока, целевая направленность действий, сопротивление соперника и требования к быстроте выполнения приемов

С точки зрения сосредоточения футболистов на определенном пространстве игровые ситуации могут быть двух видов

- когда на небольшом участке поля располагается значительное количество игроков атакующей и обороняющейся команд;
- когда игроки могут перемещаться с мячом в относительно разреженном пространстве с высокой скоростью

В зависимости от величины оперативного игрового пространства действия с мячом выполняются игроками с малой или большой амплитудой движений, то есть за счет «мелкой» или «размашистой» техники (табл 2)

Таблица 2

Особенности техники выполнения футболистами действий с мячом, определяемые сосредоточением игроков в определенной области поля в разных эпизодах соревновательных игр

Условия, в которых футболистам приходится действовать в отдельных эпизодах соревновательных игр	Специфические особенности в технике исполнения футболистами действий с мячом
При дефиците пространства	С малой амплитудой движений
В разреженном пространстве	С большой амплитудой движений

Таким образом, определенным эпизодам соревновательных игр соответствует специфичная техника исполнения действий с мячом, что позволяет говорить о наличии так называемой «техники эпизодов игры»

В целом можно выделить три принципиально отличающихся вида «техники эпизодов игры» в штрафной площади, зоне атаки, средней зоне и зоне обороны

Перенос тренированности в точности и быстроте действий футболистов с мячом

Экспериментальное исследование переноса тренированности в точности и быстроте выполнения футболистами основных технических приемов (ударов по воротам, передач мяча, перемещений с мячом), предполагавшее учет специфики в технике исполнения этих действий в соревновательных играх, показало следующее.

Не происходит переноса тренированности в точности и быстроте действий с мячом, если футболисты тренировали действия с мячом только в одних условиях по внешней форме двигательных действий, быстроте исполнения приемов, усилиям, прилагаемых для их выполнения, а выполнять данные действия с мячом им необходимо в других условиях, в которых они эти действия с мячом ранее не тренировали (табл. 3 и 4)

Таблица 3

Показатели переноса тренированности в быстроте ведения мяча с изменением направления перемещения при тренировке футболистами ведения мяча при разных требованиях к точности движений (степень влияния по дисперсионному анализу)

Группы футболистов, тренировавших ведение мяча на 20 м через пять «ворот», расположенных, как в слаломе	Степень влияния (η в %) условий экспериментальных тренировок на изменение у футболистов разных групп быстроты ведения мяча на 20 м через пять «ворот», расположенных, как в слаломе	
	через «ворота» шириной 0,5 м	через «ворота» шириной 0,25 м
1-я – через «ворота» шириной 0,5 м	-8,7%**	-2,6%*
2-я – через «ворота» шириной 0,25 м	-4,0%*	-10,7%**

Примечание *изменения, статистически незначительные при $p < 0,05$,

**изменения, статистически значительные при $p < 0,01$

Таблица 4

Показатели переноса тренированности в точности ударов ногой при тренировке футболистами ударов в цель с 16 м с разной силой (степень влияния по дисперсионному анализу)

Группы футболистов, тренировавших удары	Степень влияния (η в %) условий экспериментальных тренировок на изменение у футболистов разных групп точности ударов	
	с максимальной силой	со средней силой
1-я – с максимальной силой	+9,2%**	+3,3%*
2-я – со средней силой	+1,4%*	+6,1%**

Примечание *изменения, статистически незначительные при $p < 0,05$,

**изменения, статистически значительные при $p < 0,01$.

Таким образом, чтобы футболисты могли максимально точно и быстро действовать с мячом в соревновательных играх, в тренировочных упражнениях должны создаваться условия, обеспечивающие выполнение игроками тех или других действий с мячом именно так, как эти действия им приходится выполнять в конкретных эпизодах соревновательных игр с точки зрения внешней формы собственных движений, величины прилагаемых усилий, скорости перемещений с мячом и скорости оперирования мячом

Основное направление работы профессиональных футболистов при совершенствовании технического мастерства

Наличие специфики в технике исполнения действий с мячом в разных эпизодах соревновательных игр и закономерностей переноса тренированности в точности и скорости действий с мячом при переходе от одних условий их выполнения к другим позволило сформулировать основное направление работы профессиональных футболистов при совершенствовании технического мастерства как тренировку специфичной для разных зон поля техники действий с мячом или иначе «техники эпизодов игры»

Алгоритм построения упражнений для тренировки «техники эпизодов игры» предполагает

- постановку двух основных задач (доставки мяча на ударную позицию и взятия ворот),
- определение формы и содержания упражнения с учетом аналитических закономерностей игры в футбол, специфики в технике исполнения приемов в эпизодах соревновательных игр, закономерностей переноса тренированности в быстроте и точности действий с мячом (рис 4)

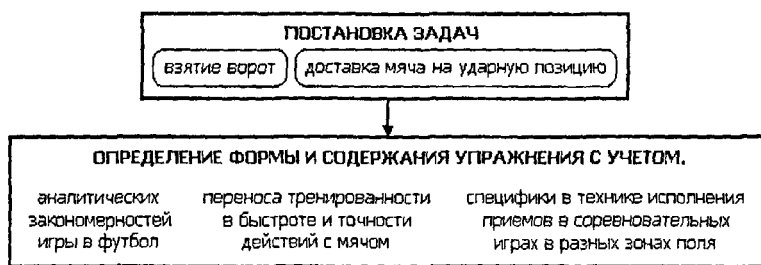


Рис 4 Алгоритм построения упражнений для тренировки профессиональными футболистами «техники эпизодов игры»

Организация упражнений должна обеспечивать также возможность для игроков выполнять большие объемы повторений действий с мячом в специализированных условиях

Упражнения для совершенствования профессиональными футболистами «техники эпизодов игры», начинающих после отбора или перехвата мяча у соперника, классифицированы на три группы: для отработки техники игры в штрафной площади, зоне атаки, в средней зоне и зоне обороны. С учетом того что в соревновательных играх футболисты могут действовать с разной степенью преднамеренности и экспромтности, среди упражнений каждой группы выделены три вида заданий, отличающихся по степени преднамеренности и экспромтности действий игроков (табл 5)

Таблица 5

Классификация упражнений для тренировки профессиональными футболистами «техники эпизодов игры», начинающих после отбора или перехвата мяча у соперника в разных зонах поля

	Упражнения для тренировки «техники эпизодов игры»		
	В штрафной площади	В зоне атаки	В средней зоне и зоне обороны
Действия игроков с мячом в упражнениях	Стандартно начинаются и стандартно завершаются		
	Стандартно начинаются и вариативно завершаются		
	Вариативно начинаются и вариативно завершаются		

Тренировка «техники эпизодов игры», начинающих с передачи мяча «со стандартных положений», предполагает совершенствование

- технических приемов, с помощью которых мяч вводится в игру,
- всего многообразия способов овладения мячом и продолжения действий с ним, которые встречаются в тех ситуациях, когда обороняющиеся и атакующие игроки находятся в одинаковом положении с точки зрения готовности к возобновлению игры

Особенности освоения квалифицированными футболистами техники ведения мяча «в шаге»

Экспериментальное исследование возможностей и сроков освоения квалифицированными футболистами зрелого возраста новой для них техники ведения мяча «в шаге» показали, что:

- целенаправленная работа по освоению этой техники в течение по крайней мере 20-25 занятий уже позволяет квалифицированным игрокам реализовывать ее при выполнении быстрых перемещений с мячом,
- у отдельных футболистов переход к выполнению перемещений с мячом «в шаге» проходит с определенными затруднениями, причем это относится к игрокам и 28-30 лет, и 18-20 лет

4. Становление технического мастерства юных футболистов

Для определения благоприятных периодов для обучения юных футболистов технике игры и преимущественных задач, которые должны решаться в эти периоды, был выяснен «вклад» в уровень мастерства футболистов в разном возрасте способностей и умений проявлять точность и быстроту при выполнении различных двигательных действий без мяча и футбольных действий с мячом (табл. 6)

Таблица 6

Факторный «вклад» (в % по дисперсионному анализу) способностей и умений проявлять быстроту и точность при выполнении двигательных действий, определенных по результатам контрольных упражнений, в уровень мастерства футболистов 11-17 лет

Способности и умения проявлять	Возраст (лет)						
	11	12	13	14	15	16	17
1. Быстроту перемещений	<u>20</u>	<u>12</u>	9	3	<u>33</u>	<u>35</u>	<u>34</u>
2. Скоростно-силовые качества	<u>25</u>	<u>18</u>	15	8	<u>17</u>	<u>62</u>	<u>60</u>
3. Точность движений	<u>22</u>	<u>20</u>	<u>24</u>	<u>17</u>	<u>20</u>	<u>19</u>	<u>21</u>
4 Точность при выполнении ударов по воротам с 16 м	<u>65</u>	<u>13</u>	9	4	3	<u>31</u>	<u>35</u>
5. Точность при выполнении передач мяча на средние расстояния	8	<u>20</u>	<u>17</u>	12	<u>18</u>	<u>47</u>	<u>68</u>
6 Точность при выполнении передач мяча на короткие расстояния	<u>55</u>	13	<u>18</u>	10	7	<u>26</u>	<u>23</u>
7. Быстроту при ведении мяча с изменением направления движения	12	<u>17</u>	<u>22</u>	<u>31</u>	<u>40</u>	<u>15</u>	<u>24</u>

Примечание. Подчеркнуто статистически существенное факториальное влияние при $p < 0,05$.

Имеет место существенное перераспределение «вклада» способностей и умений проявлять точность и быстроту при выполнении различных двигательных действий в уровень мастерства юных футболистов в разные возрастные периоды, что объясняется неравномерностью развития двигательного аппарата и неодинаковым «вкладом» в уровень мастерства игроков в разном возрасте умений быстро и точно выполнять те или другие технические приемы

С учетом составляющих технического мастерства юных футболистов и возрастной динамики развития различных способностей и умений проявлять быстроту и точность определены три основные задачи, которые необходимо решить в ходе многолетней технической подготовки футболистов в детско-юношеском возрасте.

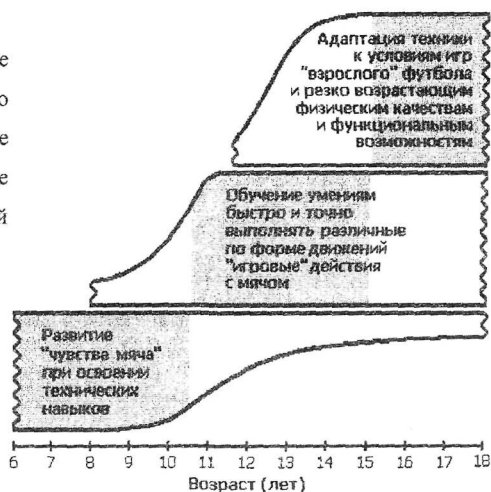
- развить «чувство мяча» (обучить умениям посылать мячи в заданном направлении и дифференцировать усилия при операциях с мячом);
- обучить умениям быстро и точно выполнять разные по форме «игровые» действия с мячом (тренировка «техники эпизодов игры»),
- адаптировать освоенные технические навыки к изменениям уровня развития двигательных качеств и функциональных возможностей и к условиям игр «взрослого» футбола

В связи с тем что естественное развитие двигательной чувствительности и двигательных качеств проходит неравномерно, а занятия футболом в различном возрасте по-разному сказываются на улучшении тех или других способностей и умений, вышеназванные задачи целесообразно решать, с одной стороны, последовательно, а с другой – в определенные возрастные периоды параллельно, и в соответствии с этим расставлять акценты в тренировочной работе

Многолетние исследования, в которых изучались возрастная динамика быстроты и точности выполнения футболистами двигательных действий,

степень происходящих через год изменений в быстроте и точности двигательных действий футболистов разного возраста, влияние возрастного развития и занятий футболом на быстроту и точность футбольных действий с мячом и неспецифических действий, позволили выявить благоприятные возрастные периоды для воздействия на отдельные составляющие, определяющие точность действий с мячом (рис. 5).

Рис. 5 Благоприятные возрастные периоды для тренировочного воздействия на отдельные составляющие, определяющие быстроту и точность действий футболистов с мячом



Первое. Возраст до 10-11 лет является наиболее благоприятным периодом для обучения умениям точно определять направление посылки мяча и дифференцировать усилия при касаниях мяча. Объясняется это следующим.

Примерно до 10-11 лет быстрыми темпами проходит естественное развитие двигательной чувствительности. Поэтому именно в это время можно получить суммарный эффект двух факторов, влияющих на «чувство мяча», если на высокие темпы естественного развития двигательной чувствительности «наложить» целенаправленное тренировочное воздействие на «чувство мяча».

Второе. После 11 лет улучшение умений дифференцировать усилия при оперировании мячом может быть достигнуто в основном за счет упражнений, в которых создаются все более и более трудные условия с точки зрения требований к проявлению «чувства мяча», так как естественное развитие двигательной чувствительности к 11 годам практически завершается.

С 11 до 15 лет быстрыми темпами происходит естественное развитие скоростных способностей, особенно интенсивно в 12-14 лет. Поэтому после 11 лет от футболистов следует постоянно требовать максимально быстрого и одновременно точного выполнения освоенных ранее действий с мячом.

Третье. После 15 лет основным направлением работы становится адаптация технических навыков игроков к их резко возрастающим под влиянием специальных тренировок двигательным качествам и функциональным возможностям и к условиям игр «взрослого» футбола.

Необходимость адаптации техники к условиям игр «взрослого» футбола ярко прослеживается, когда игрокам приходится действовать с мячом в «экстремальных» условиях, присущих этому футболу с максимальной мощностью, в физическом контакте с соперником, при дефиците времени на исполнение приемов.

Акценты в тренировочной работе целесообразно сделать на следующем

- в период до 10-11 лет в ходе обучения игроков основным техническим навыкам на развитие «чувства мяча» посредством выполнения различных видов перемещений с мячом на доступных скоростях,

- в период после 11 лет: требовать от игроков максимально быстрого и одновременно точного выполнения освоенных ими действий с мячом, то есть акцентировать внимание на тренировке «техники эпизодов игры»,

- в период после 15 лет обучать футболистов умениям быстро и точно оперировать мячом при выполнении действий с максимальной мощностью и в условиях физического контакта с соперником.

5. Построение тактических действий футболистов

на основании аналитических закономерностей игры в футбол

Наличие аналитических закономерностей игры в футбол, отражающих вероятность тех или иных событий в соревновательных играх, позволяет использовать их при определении тенденций развития тактики футбола, построении тактических действий футболистов.

На основании аналитических закономерностей игры в футбол разработаны варианты построения игры команд в целом и тактических действий футболистов (индивидуальных, групповых и командных) в конкретных ситуациях, которые были успешно апробированы в профессиональных командах различного уровня.

Предлагаются варианты оборонительных действий в ситуациях:

- при началах атак соперником;
- при доставке мяча соперником на ударную позицию;
- при выполнении соперником угловых ударов (рис. 6);

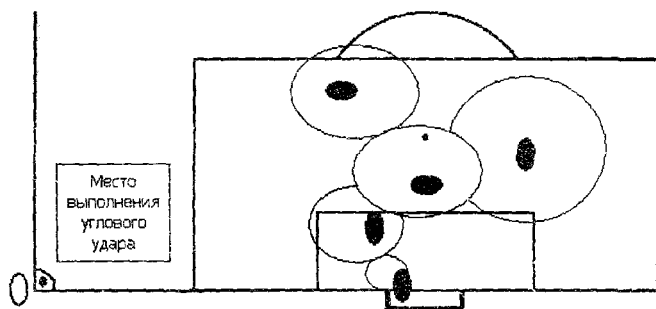


Рис. 6 Вариант расположения и областей действий пяти полевых игроков обороняющейся команды при передачах мяча соперником с угловых ударов в штрафную площадь (при условии, что в штрафной площади будут располагаться пять игроков атакующей команды, которых будут персонально опекают пять других игроков обороняющейся команды), разработанный на основании аналитических закономерностей взятия ворот при выполнении угловых ударов

- при выполнении соперником штрафных и свободных ударов,
- при выполнении замен игроков в команде соперника;
- после пропущенного командой гола

Предлагаются варианты атакующих действий в ситуациях

- при началах атак вратарем и полевыми игроками (табл 7),

Таблица 7

Наиболее рациональные варианты действий вратарей при начале атак для решения различных тактических задач, разработанные на основании аналитических закономерностей взятия ворот

Задачи	Наиболее рациональные действия вратарей
Надежное овладение мячом партнерами	Передачи мяча в зону обороны со штрафных и свободных ударов, ударом ногой «с игры» без противодействия соперника и броском рукой или в среднюю зону броском рукой Передачи мяча в зону обороны или в среднюю зону броском рукой вратарям целесообразно выполнять без длительной задержки (в 5-6 с) во времени после овладения мячом руками
Обеспечение партнерам благоприятных условий для проведения голевых атак и атак, завершающихся назначением 11-метрового удара	Передачи мяча в зону атаки со штрафных и свободных ударов, «ударом ногой с рук» и ударом ногой «с игры» без противодействия соперника Передачи мяча в зону атаки «ударом ногой с рук» вратарям целесообразно выполнять как можно быстрее после овладения мячом руками.

– при доставке мяча на ударную позицию (для увеличения вероятности взятия ворот доставка мяча на ударную позицию должна проходить как можно быстрее по времени (до 10-15 с) и с небольшим количеством передач мяча (до пяти) с момента овладения игроками атакующей команды мячом до нанесения удара по воротам),

- при выполнении штрафных и свободных ударов;
- при передачах мяча с угловых ударов в штрафную площадь (рис. 7);
- при реализации 11-метровых ударов.
- после забитого гола.

Рис. 7 Наиболее целесообразные траектории посылки мяча с угловых ударов в разные области штрафной площади для «выигрыша» мяча игроками атакующей команды, определенные на основании аналитических закономерностей взятия ворот при выполнении угловых ударов



6. Контроль действий футболистов с мячом в тренировках и соревновательных играх

Методика контроля действий игроков с мячом в тренировках и соревновательных играх предполагает три основных направления: оценку игровой деятельности, технической подготовленности футболистов, построения упражнений с мячом и качества их выполнения.

Основными критериями информативности при контроле игровой деятельности футболистов являются результат соревнования в целом и отдельной игры, эффективность конкретной атаки в матче.

Чтобы получить показатели, имеющие хотя бы малую степень информативности, действия игроков необходимо рассматривать по зонам их выполнения на поле.

При таком подходе к контролю игровой деятельности футболистов по отдельным общекомандным показателям действий с мячом предсказуема в высокой степени вероятность гола в конкретной атаке и достаточно точно может быть оценен класс команды

Наиболее информативными по отношению ко всем трем критериям: классу команды, результату отдельной игры, вероятности гола в конкретной атаке являются показатели общекомандных действий с мячом в штрафной площади соперника (табл 8-10)

Следует отметить, что практически нет показателей, на основании которых можно уверенно предсказать результат матча

«Вклад» действий конкретного игрока в результат матча необходимо рассматривать с точки зрения выполнения им установки тренера. В этом случае главным показателем может быть объем выполненных игроком действий с мячом в определенных зонах поля, в частности в зоне атаки, а не соотношение удачных и неудачных попыток исполнения тех или иных технических приемов (эффективность, выраженная в процентах)

Таблица 8

Информативность показателей общекомандных действий футболистов с мячом в соревновательных играх по отношению к классу команды

Показатели общекомандных действий в отдельных играх	Информативность показателей
Количество действий с мячом с максимальной мощностью	Показатель информативен в высокой степени
Количество эпизодов игры в штрафной площади	Показатель информативен в высокой степени
Количество действий с мячом в зоне атаки (исключая штрафную площадь)	Показатель информативен в низкой степени
Количество действий с мячом, выполненных не ближе 35 м от линии ворот соперника	Показатель неинформативен

Таблица 9

Информативность показателей общекомандных действий футболистов с мячом в соревновательных играх по отношению к результату игры

Показатели общекомандных действий в отдельных играх	Информативность показателей
Разница в количестве действий с мячом, выполненных с максимальной мощностью футболистами встречающихся команд	Показатель информативен в средней степени
Разница в количестве эпизодов игры в штрафной площади, проведенных футболистами встречающихся команд	Показатель информативен в средней степени
Количество действий с мячом в зоне атаки (исключая штрафную площадь)	Показатель информативен в низкой степени
Количество ударов по воротам из-за штрафной площади	Показатель неинформативен
Разница в количестве ударов по воротам из-за штрафной площади, выполненных футболистами встречающихся команд	Показатель неинформативен
Общее количество передач мяча в штрафную площадь соперника	Показатель неинформативен
Количество удачных передач в штрафную площадь соперника	Показатель информативен в средней степени
Количество действий с мячом, выполненных не ближе 35 м от линии ворот соперника	Показатель информативен в низкой степени с отрицательным значением
Количество передач мяча в середине поля и количество передач мяча назад и поперек поля	Показатели информативны в средней степени с отрицательным значением

Основными задачами при проведении контроля технической подготовленности футболистов являются определение причин ошибок при выполнении действий с мячом в соревновательных играх и оценка потенциальных возможностей каждого футболиста оперировать мячом

Таблица 10

Информативность показателей общекомандных действий
футболистов с мячом в соревновательных играх
по отношению к вероятности гола в конкретной атаке

Показатели общекомандных действий в отдельных играх	Информативность показателей
Попытка доставки мяча в штрафную площадь соперника	Вероятность гола 2%
Эпизод игры в штрафной площади	Вероятность гола 5-8%
Удар по воротам из-за штрафной площади	Вероятность гола 3-6%
Длительность прохождения атаки	Вероятность гола в очень высокой степени зависит от длительности атаки В двух третях случаев голевые атаки длятся не более 15 с
Количество передач, выполненных игроками с момента овладения командой мячом	Показатель информативен в высокой степени с отрицательным значением

Для оценки техники владения мячом футболистами при выполнении быстрых перемещений предлагается система тестов, которые

- информативны по отношению к возможностям игроков выполнять в соревновательных играх с необходимым качеством действия, связанные с доставкой мяча в штрафную площадь соперника в разных условиях,
- могут использоваться в качестве обычных тренировочных упражнений

Контроль построения упражнений с мячом и качества их выполнения футболистами должен предполагать оценку быстроты и точности действий игроков с мячом, объема повторений ими действий с мячом, соблюдения специализированности условий упражнений

ВЫВОДЫ

1 Анализ специальной научно-методической литературы, тенденций развития игры в футбол, данных наблюдений за игровой и тренировочной деятельностью футболистов детско-юношеского возраста и профессиональных команд позволил сформулировать несколько основных проблем, касающихся базовой и профессиональной технической и тактической подготовки футболистов

В футболе высокого уровня главной проблемой является повышение точности ударов по воротам (процента попадания мяча в створ ворот) и увеличение количества «эпизодов игры» в штрафной площади соперника, что связано с техническим и тактическим мастерством футболистов

Возможности достижения квалифицированными игроками более высокой точности действий с мячом при прочих равных условиях (равной природной одаренности, двигательной подготовленности) определяются именно тренировкой (тренировочными упражнениями) В связи с этим при построении технической подготовки профессиональных футболистов возникает проблема эффективности тренировочных упражнений, а именно определение, какие упражнения с точки зрения условий их выполнения позволяют повышать то мастерство владения мячом, которое необходимо для игры в футбол

Эффективность процесса становления технического мастерства юных футболистов зависит от своевременности использования соответствующих тренировочных средств, которая определяется тем, применяются ли данные средства именно в благоприятные возрастные периоды, когда тренировки могут оказывать наиболее сильное влияние на различные составляющие, определяющие умения точно и быстро действовать с мячом

2 В результате статистического анализа игровой деятельности футболистов высокой квалификации выявлены аналитические закономерности игры в футбол, отражающие вероятность различных событий и действий в соревновательных играх при доставке мяча на ударную позицию и взятии ворот. Они характеризуют

- значимость гола для результата игры,
- вероятность второго подряд взятия ворот и пропустить ответный гол в разные интервалы времени после забитого гола,
- соотношение голов, забиваемых «с игры» и «со стандартных положений» (соответственно 65-73% и 27-35% голов),
- области выполнения ударов по воротам и голевых ударов,
- вероятность попадания мяча в створ ворот и гола в зависимости от дистанции ударов,
- особенности выполнения последнего «хода» перед голевым ударом,
- длительность голевых атак (из всех голевых атак, начинающихся «с игры», две трети составляют атаки длительностью не более 15 с, в трети случаев голевые атаки длятся не более 10 с),
- вероятность гола в зависимости от количества передач мяча, выполненных командой с момента овладения мячом до нанесения удара по воротам (с увеличением числа передач вероятность гола снижается, при проведении атак, в которых выполняется шесть-семь передач мяча и более, вероятность гола составляет 3-5%),
- вероятность гола и назначения 11-метрового удара в зависимости от места и варианта начала атаки

3 Отличительными чертами техники действий с мячом в современном футболе являются умения играть с максимальной мощностью, в физическом контакте с соперником, в положении спиной к воротам соперника, при реализации «стандартных положений»

Тенденциями развития техники футбола являются

- выполнение игроками действий с мячом на разных участках поля с определенной спецификой, характерной для конкретных мест и условий,
- использование игроками для проведения атакующих действий универсального способа оперирования мячом – «в шаге»

Специфику в технике действий с мячом в разных эпизодах соревновательных игр определяют пять основных факторов.

- место выполнения приемов,
- исходное положение игрока,
- целевая направленность действий,
- степень сопротивления соперника,
- степень требований к скорости выполнения приемов.

В целом выделены три принципиально отличающихся вида «техники эпизодов игры» в штрафной площади, зоне атаки, средней зоне и зоне обороны

4 Переноса тренированности в точности и скорости действий с мячом не происходит, если действия с мячом тренируются в одних условиях (по внешней форме движений футболистов, скорости исполнения приемов и усилиям, прилагаемым игроками для их выполнения), а выполнять их необходимо в других условиях (изменения результатов футболистов при проведении экспериментов по изучению переноса тренированности в этих случаях статистически незначительны при $p < 0,05$)

На этом основании сформулированы требования к построению упражнений для совершенствования технического мастерства. Условия упражнений должны «обеспечивать» игрокам возможность выполнять действий с мячом именно так, как эти действия выполняются в конкретных эпизодах соревновательных игр (по внешней форме движений футболистов, скорости исполнения приемов и усилиям, прилагаемым игроками для выполнения)

5 С учетом аналитических закономерностей игры в футбол, специфики в технике выполнения действий с мячом в различных игровых ситуациях, закономерностей переноса тренированности в точности и скорости действий с мячом разработана методика технической подготовки профессиональных футболистов

Основное направление их работы при совершенствовании технического мастерства представляет собой тренировку специфичной для разных зон поля техники действий с мячом («техники эпизодов игры»)

6 В ходе многолетней технической подготовки юных футболистов необходимо решить следующие основные задачи

- обучить умениям посылать мячи в заданном направлении и дифференцировать усилия при операциях с мячом (развить «чувство мяча»),
- обучить умениям максимально быстро и точно выполнять разные по форме «игровые» действия с мячом (тренировка «техники эпизодов игры»),
- адаптировать технические навыки к изменениям уровня развития двигательных качеств и функциональных возможностей «на переходе к взрослому футболу» и к условиям игр «взрослого» футбола.

На основании данных комплексных исследований определены благоприятные возрастные периоды для акцентированного тренировочного воздействия на отдельные составляющие, определяющие точность и быстроту действий футболистов с мячом

– до 10-11 лет – развитие «чувства мяча» в ходе освоения технических навыков,

– до 15 лет – обучение умениям быстро и точно выполнять различные по форме движений «игровые» действия с мячом,

– после 15 лет – адаптация техники к условиям игр «взрослого» футбола и значительно возрастающим двигательным качествам и функциональным возможностям футболистов

7. Разработан концептуальный подход к моделированию тактики игры в целом и в отдельных игровых ситуациях, предполагающий использование для выбора наиболее эффективных вариантов атакующих и оборонительных действий футболистов аналитических закономерностей игры в футбол и учет тенденции развития тактики игры в футбол

Предлагаются варианты построения тактических атакующих и оборонительных действий футболистов (индивидуальных, групповых и командных) в различных эпизодах соревновательных игр, успешно использовавшиеся в практике соревновательной деятельности команд высокой квалификации

8 Разработана методика контроля действий игроков с мячом в тренировках и соревновательных играх, предполагающая три основных направления оценку игровой деятельности, технической подготовленности футболистов, построения и качества выполнения упражнений с мячом

При проведении контроля игровой деятельности основными критериями информативности являются эффективность проведения конкретной атаки в игре, результат отдельной игры и соревнования в целом

Для оценки техники владения мячом футболистами при выполнении быстрых перемещений предлагается система тестов, которые.

– информативны по отношению к возможностям игроков выполнять в соревновательных играх с необходимым качеством действия, связанные с доставкой мяча в штрафную площадь соперника в разных условиях;

– могут использоваться в качестве тренировочных упражнений

Контроль построения упражнений с мячом и качества их выполнения должен предполагать оценку точности (быстроты и точности в сочетании) действий футболистов с мячом и объема повторений ими действий с мячом в специализированных условиях

СПИСОК ОСНОВНЫХ РАБОТ, ОПУБЛИКОВАННЫХ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ

Монографии

- 1 Чирва Б Г Футбол Методика совершенствования «техники эпизодов игры» учебн пособие для студентов высших учебных заведений / Б.Г. Чирва – М · ТВТ Дивизион, 2006 – 112 с
- 2 Чирва Б Г Футбол Базовые элементы тактики зонного прессинга учебн пособие для студентов высших учебных заведений / Б Г Чирва – М ТВТ Дивизион, 2006 – 80 с
- 3 Чирва Б.Г Футбол Тренировка точности юных спортсменов / С В Голомазов, Б Г Чирва. – М, РГАФК, 1994 – 80 с (6 п л , из них авторских – 3)
- 4 Чирва Б Г FUTEBOL Treino da Qualidade do Movimento para Atletas Jovens / S Golomazov, B Shirva – Londrina (Brasil), Ed Fisica Sao paullo – 1996 – 155 p (6 п л , из них авторских – 3)
- 5 Чирва Б Г Футбол Теоретические основы и методика контроля технического мастерства / С В Голомазов, Б Г Чирва – М СпортАкадемПресс, 2000 – 80 с (4 п л , из них авторских – 2)
- 6 Чирва Б.Г. Футбол Универсальная техника атаки / С В Голомазов, Б Г Чирва. – М СпортАкадемПресс, 2001 – 72 с (4 п л , из них авторских – 2)
- 7 Чирва Б Г Футбол. Теоретические основы совершенствования точности действий с мячом / С В Голомазов, Б Г Чирва – М СпортАкадемПресс, 2001 – 100 с. (4,5 п л , из них авторских – 2,25)
- 8 Чирва Б Г Футбол Методика тренировки техники игры головой / С В Голомазов, Б.Г. Чирва – М СпортАкадемПресс, 2001 – 80 с (4 п л , из них авторских – 2)
- 9 Чирва Б Г Футбол Методика тренировки «техники реализации стандартных положений» / С В Голомазов, Б Г Чирва – М СпортАкадемПресс, 2001 – 116 с (5 п л , из них авторских – 2,25)

10 Чирва Б Г Теория и методика футбола Том 1 Техника игры / С В. Голомазов, Б.Г Чирва – М· СпортАкадемПресс, 2002. – 472 с. (48 п л , из них авторских – 24).

Статьи в журналах из Перечня ВАК

11 Чирва Б Г Аналитические закономерности игры в футбол как основа для выбора тактики игры и построения технико-тактической подготовки квалифицированных футболистов / Б.Г Чирва // Теория и практика физической культуры – 2006 – № 7 – С 28-29

12 Чирва Б Г Методические основы обучения юных футболистов технике игры на разных возрастных этапах / Б Г Чирва // Вестник Московского университета МВД – 2006 – № 3. – С 117-119

13 Чирва Б Г Организация игровых упражнений при сближенных воротах для тренировки юными футболистами атакующих действий в штрафной площади / Б.Г Чирва // Физическая культура воспитание, образование, тренировка. – 2006. – № 4 – С 32-33

14 Чирва Б Г Построение технической подготовки юных футболистов с учетом сенситивных периодов становления технического мастерства / Б.Г Чирва // Теория и практика физической культуры. – 2007 – № 4 – С. 16-17

15 Чирва Б Г Методология построения упражнений для тренировки квалифицированными футболистами технико-тактических атакующих действий / Б Г Чирва // Вестник Московского университета МВД. – 2007 – № 4 – С 111-113

16 Чирва Б.Г. Организация оборонительных действий в системе зонного прессинга в футболе / Б Г Чирва // Вестник Московского университета МВД – 2007 – № 5 – С 162-164

17. Чирва Б.Г. Тренировка «техники эпизодов игры» как основное направление работы профессиональных футболистов при совершенствовании технического мастерства / Б Г Чирва // Вестник Московского университета МВД России – 2008 – № 2 – С 124-126.

18 Чирва Б Г Основные положения переноса тренированности в скорости и точности действий с мячом в футболе / Б Г Чирва // Физическая культура воспитание, образование, тренировка – 2008 – № 3 – С. 36-37

Научные труды

19 Чирва Б. Выбор позиций полевыми игроками при выполнении угловых ударов / Б Чирва // Теория и практика футбола – 2000 – № 4 – С 2-6

20 Чирва Б Варианты действий атакующих игроков при выполнении ударов по воротам непосредственно со штрафных ударов / Б Чирва // Теория и практика футбола – 2001. – № 2. – С. 2-4

21 Чирва Б Методология построения упражнений для совершенствования «техники эпизодов игры» в зоне атаки / Б Чирва // Теория и практика футбола – 2001 – № 3 – С 34-36.

22. Чирва Б Вероятность гола в зависимости от места и варианта начала атаки / Б Чирва // Теория и практика футбола – 2001 – № 4 – С 2-5.

23 Чирва Б. Суть и принципиальные отличия тактики действий обороняющегося игрока при персональной опеке, «закрытии зоны» и индивидуальном зонном прессинге / Б Чирва // Теория и практика футбола – 2002. – № 1 – С 2-7

24 Чирва Б Варианты тактических атакующих действий при выполнении штрафных и свободных ударов в зоне атаки с фланга / Б. Чирва // Теория и практика футбола – 2002 – № 2 – С 2-7

25 Чирва Б Варианты тактических действий полевых игроков при выполнении передач мяча со штрафных и свободных ударов / Б Чирва // Теория и практика футбола – 2001 – № 1 – С 2-5

26 Чирва Б Величина игрового пространства, которое могут перекрыть футболисты при разном расположении, как предпосылка к выбору тактики игры в обороне / Б Чирва // Теория и практика футбола – 2002 – № 3. – С 2-6

27 Чирва Б. Асимметричное расположение вратаря в воротах как вариант тактики действий при отражении 11-метровых ударов / Б Чирва // Теория и практика футбола – 2002 – № 4 – С 2-6.

28. Чирва Б. Развитие у футболистов двигательной чувствительности в возрасте до 10-11 лет при обучении технике ведения мяча по прямолинейной траектории и с изменением направления перемещения / Б Чирва // Теория и практика футбола – 2003 – № 1. – С 31-35

29 Чирва Б. Зависимость эффективности атак, начинаемых вратарями, от времени с момента овладения ими мячом до момента посылы мяча в поле / Б Чирва // Теория и практика футбола – 2003 – № 3 – С 5-7

30 Чирва Б. Анализ действий вратарей при организации атак в играх команд высокой квалификации / Б Чирва // Теория и практика футбола – 2003 – № 4 – С 3-7

31 Чирва Б. Возможности проведения игроками обороняющейся команды контратак с нанесением удара по воротам после атак соперника, начинавшихся вратарем / Б Чирва // Теория и практика футбола – 2004 – № 2 – С. 2-3

32 Чирва Б. Эффективность атак, начинающихся с посылы мяча вратарями в разные зоны поля различными способами / Б Чирва // Теория и практика футбола – 2004 – № 1. – С. 2-7

33 Чирва Б. Основы зонного прессинга принцип действий обороняющихся игроков в ситуациях «один против атакующего игрока без мяча» / Б Чирва // Теория и практика футбола – 2004 – № 3 – С 2-9

34 Чирва Б. Система игры в обороне команды, применяющей в обороне зонный прессинг и использующей трех защитников и пять полузащитников расположение игроков при вводе мяча в игру из-за боковой линии в средней зоне поля / Б Чирва // Теория и методика футбола – 2004 – № 4 – С 6-9

35 Чирва Б Развитие у футболистов двигательной чувствительности в возрасте до 10-11 лет при обучении технике ведения мяча, начинающегося с овладения мячом, и с выполнением обыгрыша / Б Чирва // Теория и методика футбола – 2004 – № 4 – С 35-40

36 Чирва Б Игровые упражнения для отработки способов доставки мяча в штрафную площадь / Б Чирва // «Футбол-Профи» – Донецк (Украина) – август-сентябрь 2005 г – С. 22-25

37 Чирва Б Двое против атакующего игрока без мяча, находящегося между ними по длине поля / Б Чирва // «Футбол-Профи» – Донецк (Украина) – 2006 – № 2 – С 26-31

38 Чирва Б Основы зонного прессинга действия обороняющихся игроков в ситуациях «двое против атакующего игрока без мяча, находящегося перед ними по длине поля» / Б Чирва // «Футбол-Профи». – Донецк (Украина) – 2006 – № 4 – С 20-27

39 Чирва Б Тактика замен / С Голомазов, Б Чирва // Теория и практика футбола. – 1999 – № 1 – С 9-12 (0,3 п л, из них авторских – 0,15)

40 Чирва Б Анализ выполнения пенальти / С. Голомазов, А. Русанов, Б Чирва // Теория и практика футбола – 1999 – № 4 – С 2-8 (0,2 п л, из них авторских – 0,07)

41. Чирва Б Закономерности «выигрыша» мяча игроками атакующей и обороняющейся команд при выполнении угловых ударов / С Голомазов, А Русанов, Б Чирва // Теория и практика футбола – 2001 – № 1 – С 7-11 (0,2 п л, из них авторских – 0,07)

42 Чирва Б Сенситивные периоды обучения техническим приемам в футболе / С Голомазов, Б Чирва // Теория и практика футбола – 1999 – № 2. – С. 27-32. (0,3 п.л., из них авторских – 0,15)

43 Чирва Б. Направления контроля в футболе / С Голомазов, Б. Чирва // Теория и практика футбола – 2000 – № 1 – С 7-9 (0,2 п л, из них авторских – 0,1)

44 Чирва Б. Вероятность гола в зависимости от дистанции ударов / С Голомазов, Б Чирва // Теория и практика футбола – 2000 – № 1 – С. 15-17. (0,2 п л , из них авторских – 0,1)

45 Чирва Б. Модельные характеристики игры в штрафной площади / С Голомазов, Б Чирва // Теория и практика футбола – 2000 – № 2 – С 2-4. (0,3 п.л , из них авторских – 0,15)

46 Чирва Б. Опыт подготовки футболистов 16-17 лет / С Голомазов, Г Мотлох, Б Чирва // Теория и практика футбола – 2001 – № 4 – С 6-9 (0,2 п л , из них авторских – 0,07)

47 Чирва Б. Меткость, точность и техника действий с мячом и принципиальные подходы к тренировке точности быстрых движений / С Голомазов, В. Зациорский, Б Чирва // Теория и практика футбола – 2004 – № 1 – С 33-35 (0,15 п л , из них авторских – 0,05)

48 Чирва Б. Опыт работы над техникой выполнения приемов шаговыми ударными движениями с футболистами высокой квалификации / С Ташуев, Б Чирва // Теория и практика футбола – 2001 – № 2 – С 6-8 (0,1 п л , из них авторских – 0,05)

Учебно-методические работы

49 Чирва Б. Футбол Тактика начала атак вратарями в играх Первенства Европы 2000 г. метод разработки для тренеров Выпуск 19 / Б. Чирва – М, РГУФК, 2003. – 35 с

50. Чирва Б Футбол Игровые упражнения при сближенных воротах для обучения игре в штрафной площади футболистов 11-15 лет метод разработки для тренеров. Выпуск 22 / Б Чирва, С Голомазов – М, РГУФК, 2004 – 35 с (2 п л., из них авторских – 1)

51 Чирва Б Г Футбол Тематика диссертаций в СССР и РФ Выпуск 1 1946-2006 гг / Б Г Чирва – М ТВТ Дивизион, 2007 – 272 с.

52 Чирва Б Футбол Закономерности игры и тенденции развития техники метод разработки для слушателей ВШТ Выпуск 1 / С Голомазов, Б Чирва – М, РГАФК, 1997 – 43 с. (2 п л., из них авторских – 1)

53 Чирва Б Футбол Техника сильных ударов метод разработки для слушателей ВШТ Выпуск 2 / С Голомазов, Б. Чирва – М, РГАФК, 1997 – 40 с (2 п л, из них авторских – 1)

54 Чирва Б Футбол Техника игры «в шаге» метод разработки для слушателей ВШТ Выпуск 3 / С Голомазов, Б Чирва – М, РГАФК, 1998 – 55 с. (2 п л, из них авторских – 1)

55 Чирва Б Футбол Причины технического брака. метод. разработки для слушателей ВШТ Выпуск 4 / С Голомазов, Б Чирва – М, РГАФК, 1998 – 51 с (2 п л, из них авторских – 1)

56 Чирва Б Футбол Перенос тренированности в точности выполнения технических приемов метод. разработки для слушателей ВШТ. Выпуск 5 / С Голомазов, Б. Чирва – М, РГАФК, 1998 – 55 с (2 п л, из них авторских – 1)

57 Чирва Б Футбол Быстрота и точность действий с мячом метод разработки для слушателей ВШТ Выпуск 6 / С Голомазов, Б Чирва – М, РГАФК, 1998 – 51 с (2 п л, из них авторских – 1)

58. Чирва Б Футбол Основы и организация тренировки точности технических приемов метод разработки для слушателей ВШТ Выпуск 7 / С Голомазов, Б. Чирва. – М, РГАФК, 1998 – 51 с (2 п л, из них авторских – 1)

59 Чирва Б. Футбол Арифметика тактики метод разработки для слушателей ВШТ Выпуск 8 / С Голомазов, Б. Чирва. – М., РГАФК, 1998 – 60 с (2 п л, из них авторских – 1)

60 Чирва Б Футбол Становление технического мастерства метод разработки для слушателей ВШТ. Выпуск 9 / С Голомазов, Б Чирва – М, РГАФК, 1999 – 87 с (3,5 п л., из них авторских – 1,75).

61 Чирва Б Футбол Азбука пенальти метод разработки для слушателей ВШТ Выпуск 10 / С Голомазов, Б Чирва – М, РГАФК, 1999 – 35 с (2 п л , из них авторских – 1)

62 Чирва Б Футбол Техника, тактика и тренировка вбрасывания мяча из-за боковой линии метод разработки для слушателей ВШТ. Выпуск 11 / С Голомазов, Б Чирва – М, РГАФК, 1999 – 35 с (2 п л., из них авторских – 1)

63 Чирва Б Футбол Анализ игр Кубка Мира 1998 г метод разработки для слушателей ВШТ Выпуск 12 / С Голомазов, Б Чирва – М., РГАФК, 1999. – 55 с (3 п л , из них авторских – 1,5)

64 Чирва Б Футбол Уроки Кубка Мира 1998 г метод разработки для слушателей ВШТ Выпуск 13 / С. Голомазов, Б Чирва – М, РГАФК, 1999 – 51 с (3 п л , из них авторских – 1,5)

65 Чирва Б Футбол Аналитические закономерности взятия ворот: метод пособие Выпуск 14 / С Голомазов, Б Чирва – М, РГАФК, 2000. – 31 с (1,5 п л , из них авторских – 0,75)

66. Чирва Б Футбол Проблема адаптации техники метод пособие Выпуск 15 / С. Голомазов, Б Чирва – М, РГАФК, 2000 – 31 с (1,5 п л , из них авторских – 0,75).

67 Чирва Б Футбол Передачи мяча по навесной траектории метод пособие Выпуск 23 / С Голомазов, Б. Чирва, Б С Нуреддин – М, РГУФК, 2004. – 44 с (2 п л , из них авторских – 0,7).

Свидетельство

68 Чирва Б Г Свидетельство о регистрации произведения – объекта интеллектуальной собственности – учебно-методического фильма «Техника ведения мяча «в шаге» № 1455 от 27.01.2005 г / Голомазов С В., Чирва Б.Г., Козлов С.И) – Новосибирск, «СИБКОПИРАЙТ», 2005

Тираж 100 экз. Объем 2,0 п.л. Номер заказа 479
Отпечатано ООО «Принт Центр».
105122, г. Москва, Сиреневый бульвар, д. 4.