

**Бабушкин Сергей Александрович**

аспирант

ФГБОУ ВО «Сибирский государственный университет

физической культуры и спорта»

г. Омск, Омская область

## **ВЗАИМОСВЯЗЬ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ И ПОМЕХОУСТОЙЧИВОСТИ НА УДАРЫ ПО ВОРОТАМ С ЛЕТУ ФУТБОЛИСТОВ РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ**

***Аннотация:** как отмечает автор, в возрасте 10 лет у юных футболистов выявлен низкий уровень развития помехоустойчивости. В последующих возрастах наблюдается повышение уровня развития помехоустойчивости футболистов, достигая среднего уровня к 16 годам. Низкий уровень развития помехоустойчивости не обеспечивает противодействию влиянию помех на футболистов. В результате чего у них будет снижаться эффективность технико-тактических действий в соревновательных условиях. Низкий уровень развития помехоустойчивости у футболистов обусловлен тем, что тренеры не уделяют внимание развитию этого качества в тренировочном процессе.*

***Ключевые слова:** результативность, координационные способности, удар по мячу, ворота, футболисты, помехоустойчивость.*

В футболе, как в любой спортивной игре, регламентированной правилами, устойчивость к экзогенным сбивающим факторам игры (скорость передвижения, сопротивление соперника), являясь важнейшей составляющей надежности действий футболиста, в значительной степени характеризует уровень его мастерства

Умение действовать в сложных игровых условиях не является сильной стороной подготовленности наших мастеров футбола, что наиболее ярко проявилось на последнем чемпионате Европы в игре сборной команды России. Еще более заметное отставание от своих зарубежных сверстников в этих компонентах

игры наблюдается у наших юных футболистов, о чем неоднократно подчеркивалось в высказываниях и публикациях специалистов. В связи с этим я считаю актуальным выбор данной темы.

*Проблема исследования* – заключается в недостаточном уровне знания о влиянии координационных способностей и помехоустойчивости на результативность ударов с лета по воротам.

*Объект исследования* – тренировочная и соревновательная деятельность футболистов.

*Предмет исследования* – взаимосвязь координационных способностей и помехоустойчивости с результативностью ударов по воротам с лета у футболистов различной квалификации.

*Цель исследования:* получение новых знаний о взаимосвязи координационных способностей и помехоустойчивости футболистов с точностью ударов по воротам с лета.

*Гипотеза исследования:* предполагается, что уровень развития координационных способностей и помехоустойчивости определяет качество выполнения ударов с лета по воротам.

1. Определить уровень сформированности помехоустойчивости у футболистов.
2. Выявить уровень владения ударами по мячу с лета по воротам.
3. Определить влияние координационных способностей и помехоустойчивости на результативность технико-тактических действий.

Методы исследования.

2. Педагогическое тестирование.
3. Видеоанализ игровой деятельности.
4. Опрос
5. Методы математической статистики.

В возрасте 10 лет у юных футболистов выявлен низкий уровень развития помехоустойчивости. В последующих возрастах наблюдается повышение уровня развития помехоустойчивости футболистов, достигая среднего уровня к

16 годам. Низкий уровень развития помехоустойчивости не обеспечивает противодействию влиянию помех на футболистов. В результате чего у них будет снижаться эффективность технико-тактических действий в соревновательных условиях. Низкий уровень развития помехоустойчивости у футболистов обусловлен тем, что тренеры не уделяют внимания развитию этого качества в тренировочном процессе. Можно предположить, что низкий уровень развития помехоустойчивости оказывает отрицательное влияние на выполнение юными футболистами технико-тактических действий в соревнованиях. В связи с этим возникает необходимость развития помехоустойчивости у футболистов, начиная с первых лет занятий футболом.

В возрасте 10–13 лет у футболистов наблюдается средняя взаимосвязь уровня развития общей координации и результативности удара по воротам с лета. Это связано с тем что, удары по воротам с лета выполняются, когда одна нога опорная. В возрасте 13 лет влияние общей координации на результативность выполнения ударов с лета по воротам достигает максимума, что связано с периодом полового созревания. В возрасте 10–13 лет наблюдается средняя взаимосвязь уровня развития специальной координации на результативности выполнения ударов по воротам с лета у футболистов. Наибольшая взаимосвязь на результативность выполнения ударов с лета поворотам наблюдается в тесте обводка у футболистов 10–13 лет. Мы предполагаем что, это связано с тем сложно координационные элементы выполняются сильнейшей ногой, в связи с этим рекомендуется тренерам в детском возрасте развивать обе ноги, что благоприятно скажется на результативности выполнения ударов по мячу с лета. Так же в тесте бег 30 метров наблюдается средняя взаимосвязь у футболистов 10–13 лет. В возрасте 10–13 лет наблюдается средний уровень взаимосвязи развития помехоустойчивости на результативность выполнения удара с лета по воротам. В возрасте 10 лет нужно уделять особое внимание развитию специальной координации и помехоустойчивости, что благоприятно скажется на результативности выполнения технико-тактических действий. В возрасте 14–16 лет уровень разви-

тия общей координации имеет низкую взаимосвязь на результативность выполнения ударов по воротам с лета. Бег 30 метров имеет наибольшую взаимосвязь с результативностью выполнения ударов с лета в возрасте 15–16 лет, что связано с тем, что развитие скоростно-силовых качеств имеет взаимосвязь с результативностью выполнения ударов с лета по воротам. В возрасте 14–16 лет уровень развития специальной координации имеет среднюю силу взаимосвязи с результативностью выполнения ударов с лета по воротам. Наибольшая в этом возрасте сила взаимосвязи результативности выполнения ударов с лета по воротам наблюдается в тесте ведение мяча. Уровень развития помехоустойчивости в этом возрасте имеет низкую взаимосвязь с результативностью выполнения ударов по воротам с лета.

### Выводы

1. Особое внимание на результативность ударов по мячу с лета необходимо обращать в возрасте 12–14 лет. В каждом тренировочном занятии в этом возрасте целесообразно применять упражнения с однокасательными техническими приемами в передачах мяча и ударах по воротам с лета. В более старших возрастах (15–16 лет) целесообразно приведенные приемы выполнять на скорости, близкой к максимальной. Так же стоит уделять внимание развитию помехоустойчивости у футболистов 10–16 лет. Так в возрасте 10–11 лет уровень развития помехоустойчивости у юных футболистов имеет сильную взаимосвязь на результативность ударов по воротам с лета.

2. Уровень сформированности качества помехоустойчивость повышается с возрастом и достигает максимума к 16 годам. С целью повышения результативности выполнения ударов по мячу с лета, рекомендуется включать тренировку по развитию качества помехоустойчивость для футболистов начиная с 10 лет.

### *Список литературы*

1. Губа В. Дозирование нагрузки при развитии специальных двигательных качеств юных футболистов различных вариантов биологического развития: Науч. исслед. / В. Губа, Р. Дорохов, И. Строев // Теория и практика футбола. – 2003. – №2. – С. 15–19.

2. Гужаловский А.А. Основы теории и методики физической культуры. – М.: Физкультура и спорт, 2000. – 186 с.
3. Кофман П.К. Настольная книга учителя физической культуры. – М.: Физкультура и спорт, 2006. – 146 с.
4. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. – М.: Физкультура и спорт, 2002. – 204 с.
5. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – М.: Физкультура и спорт, 2005. – 211 с.