

Баранюк Неля Леонидовна

инструктор–методист
ГАОУ ДОД ЯНО ДЮСШ К. Еременко
г. Новый Уренгой, Тюменская область

ОРГАНИЗАЦИОННО–МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ МИНИ–ФУТБОЛИСТОВ В СИСТЕМЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Аннотация: в статье рассматриваются вопросы достижения успехов в работе с обучающимися в системе дополнительного образования на основе соблюдения единства дидактических принципов.

История возникновения мини–футбола своими корнями уходит глубоко в прошлый век. В странах Латинской Америки уже в 20–30–х годах XX века школьники и студенты играли в футбол в уменьшенных составах не только на открытых площадках, но и в спортивных залах. Постепенно стали оформляться в зальный футбол, проводиться многочисленные соревнования, в которых принимали участие только любительские команды. Демократическая по своей сути, доступная для малообеспеченных слоев общества, эта игра становится все более и более популярной в таких странах, как Бразилия, Уругвай, Аргентина. Нередко ведущие футбольные клубы этих стран приглашали талантливых игроков именно из зального футбола.

В нашей стране турниры по мини–футболу регулярно проводятся с 1972 года. А датой рождения современного мини–футбола нашей страны следует считать 1989 год. Именно тогда в структуре Федерации футбола СССР был создан комитет по мини–футболу. С распадом Советского Союза, естественно, была ликвидирована и Федерация футбола СССР. Вновь созданная Ассоциация мини–футбола России сумела преодолеть сложную ситуацию и организовала работу по становлению и дальнейшему развитию зального футбола в стране. Мини–футбол, как и любой вид спорта не стоит на месте, а напротив, находится в постоянном движении, развитии. Все большее внимание этой игре уделяют ФИФА, УЕФА и национальные федерации футбола. Сегодня уже более 80 стран мира организовывают свои чемпионаты по футзалу. Заметно совершенствуется организационная структура мини–футбола в целом ряде европейских, латиноамериканских и азиатских стран. Не случайно сегодня в мире обсуждается вопрос о включении этой игры в программу Олимпийских игр [1].

Ассоциация мини–футбола России в числе первостепенных задач, стоящих сегодня перед педагогами, родителями и общественностью, считает необходимость создания таких условий, при которых школьники различного возраста смогли бы регулярно заниматься физкультурно–спортивной деятельностью во внеурочное время. Данная задача, способствующая повышению двигательной активности детей и подростков, укреплению их здоровья, улучшению физической подготовленности, а следовательно и подготовки подрастающего поколения к будущей трудовой деятельности может быть успешно реализовано через систему дополнительного образования под руководством опытного тренерско–преподавательского состава.

Современная тренировка по мини–футболу стала намного содержательней. Широкое применение разнообразных видов физической деятельности таких как: гимнастика, акробатика, лыжи, хоккей с шайбой, баскетбол, во-

Центр научного сотрудничества «Интерактив плюс»

лейбол, ручной мяч, теннис, бег, ходьба, прыжки используются в тренировках мини-футболистов. Современный мини-футбол провозгласил универсализацию специалистов, что требует от каждого игрока умения владеть всем технико-тактическим арсеналом мини-футбола, однако в совершенстве каждый футболист должен владеть, прежде всего, тем комплексом игровых приемов, который позволит ему на высоком уровне выполнять свои основные функции. Футболисты в мини-футболе обязаны уметь грамотно строить свои индивидуальные действия без мяча и с мячом, как в нападении, так и в защите, а также вести свою игру в зависимости от действий партнеров по команде. Футболисты должны одинаково хорошо уметь действовать, как конструируя, так и разрушая атаку независимо от своих основных функций. Игра в мини-футбол связана с необходимостью поддержания высокого уровня специфической работоспособности на протяжении длительного времени и требует всесторонней физической, технической, тактической, психологической подготовленности игроков. Качество игровой деятельности футболистов, при решении непрерывно возникающих задач в сложных и изменяющихся условиях борьбы с соперником, зависит от умения спортсменов мгновенно оценить обстановку, тонко дифференцировать мышечные усилия, умело управлять своими движениями в действиях с мячом и без мяча [8].

Тренировка должна строиться на основе взаимосвязанных дидактических принципов состязательности и активности, систематичности и постепенности наглядности, доступности. Главное средство тренировки в мини-футболе разнообразные физические упражнения, условно подразделяемые на основные и вспомогательные. К числу основных упражнений относятся упражнения по технике и тактике и собственно сама игра в мини-футбол. Вспомогательные делятся на 2 группы: обще-подготовительные и специально-подготовительные [3].

Организация деятельности футболистов на тренировочном занятии по мини-футболу обеспечивается применением фронтального, поточного, смешанного, группового, индивидуального способов организации занятий, а также с помощью круговой тренировки. Требования, предъявляемые к занятию с футболистами, таковы: занятия должны иметь ясную цель, в соответствие с общей целью тренировки, должны воспитывать дисциплинированность и их необходимо построить так, чтобы юные футболисты сознательно и прочно овладевали двигательными навыками и в нужной степени развивали двигательные качества; каждое отдельно взятое занятие должно представлять собой неразрывную часть в общей цепи занятий, а содержание должно отвечать задачам улучшения физического развития футболистов, расширять круг их навыков, умений и знаний; на занятиях надо применять разнообразные методы совершенствования мастерства мини-футболистов, соответствующие цели содержанию занятия, степени подготовленности и возрасту занимающихся.

В процессе тренировки футболистов решаются следующие задачи: совершенствование двигательных качеств и навыков; сохранение и повышение работоспособности; расширение функциональных возможностей организма спортсменов; воспитания трудолюбия, дисциплины, сознательности и активности [10].

Обучение и тренировка занимающихся в школе мини-футбола, составляют единый педагогический процесс, направленный на укрепление здоровья занимающихся, развитие их физических качеств и основание технико-тактических приемов игры. Этот процесс условно можно разделить на три этапа:

На первом этапе (8-10 лет) обучающимся прививаются умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечивается разносторонняя физическая подготовка, сообщаются элементарные теоретические сведения.

На втором этапе (11-15 лет) ставится задача расширения круга изучаемых технических приемов и тактических действий, формирования умений выполнять изученные приемы в усложненных условиях, дальнейшего развития физических качеств с учетом специфики мини-футбола, также значительно расширяется объем теоретических знаний, совершенствуется психологическая устойчивость.

На третьем этапе (16-17 лет) совершенствуется физическая подготовка обучающихся: основное внимание уделяется развитию тех физических качеств, которые необходимы для овладения сложными техническими приемами, групповыми и командными тактическими действиями. Техническая и тактическая подготовка ставит своей задачей отработку быстроты и точности выполнения приемов в условиях противодействия соперников. Также именно в этот период осуществляется конкретизация игровых функций обучающихся и предусматриваются углубленные теоретические знания [3,12].

Таким образом, в процессе многолетней подготовки обучающихся в школе мини-футбола, как обучение, так и тренировка могут иметь свои определенные задачи, что, однако, не означает противостояния этих двух понятий друг другу. Напротив, обучение и тренировка органически связаны между собой. Такая же тесная связь существует и между видами подготовки – физической, технической, тактической и психологической. Так неразрывная взаимосвязь наблюдается между физической подготовкой и обучением техническим приемам, между освоением технических приемов и обучением тактическим действиям, между тактической и психологической подготовкой и т.д. Например, развитие физических качеств и освоение техники – два тесно взаимосвязанных звена единого процесса обучения двигательным действиям. Границу между этими звеньями можно провести лишь условно: физические качества развиваются и при разучивании технических приемов, а развивая физические качества, можно добиться и более совершенного освоения технических приемов [5].

Такая зависимость между видами подготовки предполагает, что успех в работе с обучающимися, занимающимися на в ДЮСШ мини-футбола, немыслим, если хотя бы один из видов находится на низком уровне. Вот почему в процессе многолетней подготовки юных футболистов работа над каждым видом подготовки должна осуществляться одновременно и систематически. Однако на определенных этапах обучения и тренировки один или несколько видов будут преобладать над другим. Принимая это во внимание, тренеры-преподаватели, ведущие занятия с юными футболистами, должны поддерживать рациональное соотношение между видами подготовки, изменяя круг средств и их удельный вес по мере роста подготовленности обучающихся [6, 9].

Главным средством обучения и тренировки в ДЮСШ мини-футбола являются физические упражнения, условно подразделяемые на основные и вспомогательные. К числу основных, относятся упражнения по технике и тактике и собственно сама игра в мини-футбол. Вспомогательные упражнения делятся на две группы: *общеподготовительные и специально-подготовительные*. *Первые*, в состав которых в основном входят общеразвивающие упражнения и гигиенические факторы, предназначаются для создания у занимающихся необходимых предпосылок для освоения основных приемов игры, достиче-

Центр научного сотрудничества «Интерактив плюс»

ния разносторонней физической подготовленности и оздоровления. Вторые предназначены для достижения необходимых физических качеств и овладения специальными двигательными навыками. Последние, в свою очередь, разделяются на такие тесно связанные между собой виды, как подготовительные и подводящие упражнения. Подготовительные упражнения (разнообразные упражнения с предметами и без предметов, подвижные игры, эстафеты) решают задачу развития у обучающихся специальных физических способностей. Подводящие упражнения – это отдельные элементы сложно-координированных движений или все двигательное действие, выполняемое в облегченных условиях, а также его имитация. Например, выполнение технического приема без мяча – это подводящее упражнение, смысл которого – овладение структурой данного приема.

Занятия в школе мини-футбола предполагают применение тренерами–преподавателями разнообразных методов выполнения физических упражнений, воспитание морально–волевых качеств, обучение технике и тактике игры. Выбор методов определяется задачами и содержанием тренировочного процесса, условиями проведения занятий и степенью подготовленности занимающихся. В освоении обучающимися систематических знаний и овладении двигательными навыками значительное место должно отводиться словесным методам (объяснение, беседа, краткие замечания), методам наглядности (показ изучаемого приема тренером–преподавателем или хорошо подготовленным спортоменом, использование макета игрового поля, соответствующих видеоматериалов и учебных фильмов). Развитие физических качеств занимающихся в школе мини-футбола, осуществляется с помощью самых разнообразных методов. Поскольку мини-футбол как спортивная игра является, по своей сути, одной из разновидностей скоростно–силовых видов физических упражнений, для развития у обучающихся важнейших физических качеств рекомендуется использовать методы, типичные для большинства спортивных игр, а именно [3, 2]:

– равномерный, или метод длительной непрерывной работы, который используется для развития аэробной выносливости;

– переменный, отличающийся от предыдущего лишь характером длительно выполняемой работы. Он способствует воспитанию специальной выносливости смешанного (аэробно–анаэробного) характера. Наиболее типичным представителем данного метода выполнения упражнений является сама игра в мини-футбол;

– повторный метод – разновидность прерывистой работы, имеющий место в самой игре. Его отличает и сравнительно большая мощность выполняемой работы, рекомендуется использовать при развитии быстроты, силы, скоростной выносливости;

– интервальный, представляющий собой типичную разновидность прерывистой работы и отличается от других строгой регламентацией периодов работы и отдыха. При этом отдых сравнительно не велик, что не дает возможность организму занимающихся восстанавливаться. Метод наиболее целесообразно использовать при развитии скоростной силы и выносливости. Он дает возможность совершенствовать анаэробные и анаэробно–аэробные механизмы энергообеспечения, приучает занимающихся к двигательным действиям при высоких величинах кислородного долга. Одной из форм интервальной тренировки в мини-футболе может служить сама игра, построенная по этому принципу;

– метод максимальной интенсивности – это метод предельных нагрузок,

выполняемых с субмаксимальной интенсивностью и установкой действовать «до отказа». Он используется для развития у занимающихся максимальной силы и способности к работе большой мощности. Естественно, в работе с обучающимися школы мини-футбола этот метод может быть использован практически только на последнем этапе, так как рассчитан на хорошо подготовленных спортсменов. С его помощью совершенствуются анаэробные процессы и скоростно–силовые качества. Например, у юных вратарей – это прыжковая выносливость;

– *сопряженный метод* особенно важен в работе с обучающимися, так как дает возможность развивать качества одновременно с совершенствованием технико–тактических действий. Таким образом, у занимающихся, можно развивать силу, выносливость. Ловкость. Благодаря, применению в тренировке сопряженного метода навыки футболистов в мини–футболе становятся более пригодными для использования в соревновательных условиях, то есть более устойчивыми к отрицательному влиянию утомления и эффективными ввиду совершенствования координационных механизмов;

– *круговой метод* – это по существу, самостоятельная организационно–методическая форма, используемая для развития у занимающихся одновременно нескольких физических качеств, а в отдельных случаях и для совершенствования специальных навыков. Круговой метод, как правило, применяется в самых разнообразных вариантах, суть которых в приближении характера выполняемой работы к специфике самой игры. В работе с обучающимися школы мини–футбола рекомендуется применять как традиционную форму круговой тренировки, так и такую форму, которая дает возможность одновременно совершенствовать различные физические приемы и тактические действия, то есть тренировку сопряженного характера. Таким образом, достоинством метода круговой тренировки является высокая интенсивность выполнения упражнений, разнообразие и прерывистый характер работы, что как нельзя лучше совпадает с условиями игровой деятельности в мини–футболе [2, 3, 8].

При разучивании технических приемов и тактических действий основным методом будет служить их многократное повторение. Однако, определяя меру повторений, тренер–преподаватель должен иметь в виду, что новые упражнения зачастую вызывают у занимающихся утомление двигательных центров. Поэтому наиболее эффективным будет серийное повторение упражнений: две–три серии должны быть достаточными для отдыха. Такие интервалы рекомендуются использовать для повторного показа изучаемого приема, или для необходимых замечаний по исправлению ошибок занимающихся.

Повторение упражнений может осуществляться с помощью целостного, расчененного, соревновательного и игрового методов. При обучении юных мини–футболистов сложным техническим приемам рекомендуется использовать расченённый метод. Этот метод может быть эффективен и при разучивании групповых и командных тактических действий.

Суть игрового метода, который должен занять видное место в работе с обучающимися школы мини–футбола, заключается в том, что обучение технико–тактическим действиям осуществляется при проведении подвижных игр, эстафет, игровых упражнений и учебных игр. Близок к этому методу и соревновательный, заключающийся в том, что действия закрепляются и совершенствуются уже в условиях соревнований [14].

Эти два метода используются главным образом, при закреплении и совершенствовании изучаемого материала. Их основная цель – в комплексном раз-

Центр научного сотрудничества «Интерактив плюс»

витии психофизических качеств, приобретении помехоустойчивости к сбивающим факторам, в создании обстановки единоборства обороны с атакой. Важно, чтобы игровой и соревновательный методы на всем протяжении многолетнего процесса подготовки были бы его составной частью. Именно тогда с помощью этих методов и в сочетании их с другими можно добиться хороших результатов в обучении юных футболистов.

В принципе схема разучивания игровых приемов построена в соответствии с закономерностями формирования двигательного навыка. В результате этого процесс обучения юных футболистов будет складываться из нескольких взаимосвязанных этапов, где каждый последующий обуславливается предыдущим: создание представлений об изучаемом двигательном действии; первичное освоение в облегченных, то есть не игровых условиях; владение двигательными действиями в постепенно усложняющихся условиях, в которых последовательно моделируются типовые игровые ситуации; закрепление осваиваемых двигательных действий в специально организованной игре; совершенствование двигательных навыков в условиях соревнований [7].

Методы воспитания морально-волевых качеств, представляют собой особую группу, которая приобретает в работе с обучающимися особое значение. И это вполне понятно. Ведь с помощью таких методов оказывается непосредственное влияние на формирование личности спортсмена, его нравственных позиций и мировоззрения. В конечном счете, личность занимающихся оказывается самым ценным достижением педагогов в многотрудном воспитательном процессе [3].

В работе с детьми и подростками рекомендуется использовать такие традиционные методы, как убеждение, разъяснение, поощрение, групповое воздействие, самовнушение, приучение к повышенной трудности, а также метод ситуационной тренировки. При использовании последнего на занятиях с юными футболистами создается ситуация, аналогичная той, при которой происходят соревнования по мини-футболу различного уровня: внутреннего, городского, окружного, зонального и всероссийского. С помощью этого метода, преподаватели добиваются адаптации занимающихся, воспитывая у них необходимые во время соревнований реакции и формы поведения. Новизна обстановки уже не окажется для обучающихся неожиданной и не сможет стать тормозом в выступлении на уровне своих возможностей. Разумеется, в работе с юными футболистами могут быть использованы и другие методы, которые будут эффективными в конкретных ситуациях.

На всех этапах многолетнего процесса подготовки в школе мини-футбола их обучение и тренировка строятся на основе взаимосвязанных дидактических принципов сознательности и активности, систематичности и постепенности, наглядности и доступности, индивидуализации. Эти принципы не только взаимосвязаны, но еще и взаимообусловлены и в ходе тренировочного процесса дополняют друг друга. Например, сознательное и активное отношение юных футболистов к занятиям будут способствовать доступности изучаемого материала, прочности приобретаемых знаний, умений и навыков, а также обуславливать связь предыдущего материала с последующим, постепенный прогресс в занятиях мини-футболом. С другой стороны, активность юных спортсменов будет лишь тогда приносить плоды, когда она дополняется требованиями, вытекающими из принципов наглядности, доступности, индивидуализации, систематичности и постепенности. Собственно, такая связь существует между каждым дидактическим принципом. Так, не принимая во внимание принципы

доступности и индивидуализации, трудно достичь рациональной последовательности в обучении юных футболистов, а также добиться постепенного прогрессирования физических нагрузок. А если не учитывать принципы систематичности и постепенности, то немыслимо раздвинуть границы доступности изучаемого материала. Таким образом, успех в работе с обучающимися в системе дополнительного образования возможен лишь на основе соблюдения единства дидактических принципов при полном осуществлении каждого из них на всех этапах подготовки [9, 10].

Список литературы

1. Андреев С.Н. Мини-футбол в школе / С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев-М.: Советский спорт, 2008.-224 с.; ил.
2. Алабин В.Г. Комплексный контроль в спорте / В.Г. Алабин и др. // Теория и практика физической культуры, 1995, № 3 – с.43-46.
3. Берштейн Н.А. О ловкости и ее развитии / Н.А. Берштейн. – М.: Медицина, 1991. – 246 с.
4. Боген М.М. Обучение двигательным действиям / М.М. Боген – М.: Физкультура и спорт, 1999. – 246 с.
5. Бубз Х. Тесты в спортивной практике / Х. Будз – М.: Физическая культура и спорт, 1968. – 240 с.
6. Вавилов Ю.Н. Возрастные основы воспитания физических качеств у юных спортсменов: Учебно-методическое пособие / Ю.Н. Вавилов – Челябинск: ИГПИ, 1980. – 18 с.
7. Волков Л.В. Физические способности детей и подростков / Л.В. Волков – Киев: Здоровье, 1981. – 88 с.
8. Вопросы психологии спорта / Под ред. В.А. Сорокина – М.: 1996. – 190 с.
9. Воробьев А.Н. Еще раз о теории и практике / А.Н. Воробьев // Научно-спортивный вестник – М.: 1987, № 2 – с. 38-40.
10. Выжгин В.А. Исследование эффективности методики обучения детей 11-12 лет технике футбола / В.А. Выжгин: Автореф. Дис. К.п.н. – М., 1972. – 18 с.
11. Гаджиев Г.М. Контроль соревновательной деятельности высококвалифицированных футболистов / Г.М. Гаджиев, М.А. Годик, Г.С. Зонин: Методические рекомендации – М., 1982 – 26 с.
12. Годик М.А. О методике тестирования физического состояния детей [Текст] / М.А. годик, Т.А. Шанина, Г.Ф. Шитикова – М.: тренер, 1991 – 260 с.
13. Годик М.А. О методике тестирования физического состояния детей / М.А. годик, Т.А. Шанина, Г.Ф. Шитикова // Теория и практика физ. Культуры – 1993, № 5 – с. 32-36.
14. Голомазов С.В. Футбол. Методика тренировки техники игры головой / С.В. Голомазов – М.: СпортАкадемПресс, 2001, - 80 с.