

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Георгиев Игорь Семенович

тренер-преподаватель

ГАОУ ДОД «ЯНО ДЮСШ мини-футбола им. К. Еременко»

г. Новый Уренгой, ЯНАО

ВЗАИМОСВЯЗЬ ТЕХНИЧЕСКОЙ И ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ СПОРТИВНЫХ ШКОЛ

Аннотация: в статье рассматриваются теоретические вопросы тактической подготовки спортсменов, играющих в мини-футбол. Обосновывается необходимость разработки тактики и обучения спортсменов применению тактических действий в процессе игры в мини-футбол. Описываются методы применения разработанной тактики на практике. Также обращается внимание на техническую подготовку юных футболистов. Описываются методические приемы технической подготовки спортсменов.

Ключевые слова: техническая и тактическая подготовка, мини-футбол, педагогический процесс, соревновательная деятельность.

Тактическая подготовка в мини-футболе. Тактическая подготовка – это процесс формирования способов ведения игры или двигательных действий. Тактическая подготовка – педагогический процесс, направленный на овладение рациональными формами ведения спортивной борьбы в процессе специфической соревновательной деятельности. За время существования мини-футбола способы ведения игры, расстановка игроков и их обязанности все время изменялись. Эти изменения неуклонно способствовали повышению качества игры. Тактическое развитие системы ведется с учетом возможностей игроков, их особенностей, физической, технической и тактической подготовленности. Особенностью тактики

команд является постоянный поиск новых тактических вариантов игры, решительный переход от устаревших тактических приемов к новым, создание тактических вариантов, обогащающих систему игры, широкое использование творческих сил игроков и тренеров. Основной формой ведения игры должна быть коллективная, комбинационная игра, сочетаемая с индивидуальной. Так как во многих случаях единоборство приводит к благоприятному результату, создает численное преимущество. Наступательный характер ведения игры, бесспорно, имеет преимущество, но при прочих равных условиях победу одержит та команда, которая лучше овладела искусством маневрирования, технически и физически лучше подготовлена. Игроки должны быть чрезвычайно подвижными, энергичными, должны умело маневрировать, быть весьма активными на протяжении 90 минут. Численное преимущество, полученное в результате маневрирования, обводки, «открывания», «отрывания» от противника, «закрывания» противника, как в нападении, так и в защите, – один из важнейших принципов тактики [3].

Большое значение имеет тактическая связь линий, как в защите, так и в нападении. Совершенно недостаточно тактического взаимопонимания и связи между всеми линиями, особенно между защитой и нападением в атаке и между защитными линиями и вратарем, должно быть обращено особое внимание. Практическая реализация тактической подготовленности предполагает решение следующих задач: создание целостного представления о поединке; формирование индивидуального стиля ведения соревновательной борьбы; решительно и своевременно; воплощение принятых решений благодаря рациональным приемам и действиям с учетом особенностей противника, условий внешней среды, судейства, соревновательной ситуации, собственного состояния. Высокое тактическое мастерство спортсмена базируется на хорошем уровне технической, физической, психической подготовленности. Основу спортивно-тактического мастерства составляют тактические знания, умения, навыки и качество тактического мышления. Под тактическими знаниями спортсмена подразумеваются сведения о принципах и рациональных формах тактики, выработанных в избранном виде спорта.

Тактические знания находят практическое применение в виде тактических умений и навыков. В единстве с формированием тактических знаний, умений и навыков развивается тактическое мышление. Оно характеризуется способностью спортсмена быстро воспринимать, оценивать, выделять и перерабатывать информацию, существенную для решения тактических задач в состязании, предвидеть действия соперника, исход соревновательных ситуаций. Главное – кратчайшим путем находить среди нескольких возможных вариантов решений такое, какое с наибольшей вероятностью вело бы к успеху [5].

Обучение тактике игры проводится в такой последовательности: сначала обучение индивидуальным, потом групповым и затем командным тактическим действиям. Обучение индивидуальным тактическим действиям проводится параллельно с обучением технике игры. При усвоении технических приёмов акцент в обучении делается на своевременность применения изучаемого приема. Обучение и совершенствование происходят в постепенно усложняющихся упражнениях, близких к игровым ситуациям. К обучению командным действиям приступают только после того, как занимающиеся освоили технические приёмы, индивидуальных и групповых действий, а также усвоили необходимый минимум теоретических знаний. Практическое обучение командным действиям и совершенствование их ведется по средствам игровых упражнений, учебной игры и соревнований [2]. Важное место в тактической подготовке футболистов занимают учебные игры в одни и двое ворот.

Основным методом обучения и тренировки в тактике является многократное повторение освоенных и разученных упражнений рассчитанных на совершенствование тактических умений футболистов. В результате такой тренировки у футболистов образуются соответствующие игровые стереотипы, что и является сущностью тренировки в тактике. Тактическая подготовка футболиста осуществляется с помощью теоретических и практических занятий, которые тесно связаны между собой. Для расширения объема теоретических знаний по тактике нужно знакомиться с литературными источникам, просматривать киноматериалы, наблюдать за играми и тренировочными занятиями [4].

Техническая подготовка юных футболистов. Обучение и совершенствование техники мини-футбола происходит в тесной взаимосвязи с физической, тактической, психологической подготовкой. Основная задача обучения и совершенствования техники игры заключается в овладении обучающимися всем многообразием технико-тактических приёмов и действий футболиста и умений эффективно применять их в условиях соревнований. Эта задача решается посредством специальных и подводящих упражнений, имеющих место в футболе, многократным повторением изучаемого приёма в усложняющихся условиях, приближенных к соревновательным. Закрепляется приём в учебных играх и соревнованиях. При обучении вначале осваивают основные приемы и способы ведения игры и на их основе овладевают более сложными техническими приемами и действиями. Рекомендуется следующая последовательность: перемещения, удары по мячу ногой, остановки мяча ногой и грудью, удары по мячу головой, ведение мяча, обманные движения, отбор мяча, вбрасывание мяча из-за боковой линии. При совершенствовании и закреплении техники игры происходит комплексное усвоение нескольких приемов одновременно в различных сочетаниях. По мере освоения изучаемого навыка или умения перед учащимися ставится задача закрепления его техники и дальнейшего совершенствования в направлении усиления динамики движений, максимальной оптимизации. Иначе говоря, учащиеся должны применять навыки и умения в самых различных условиях действий с наибольшей эффективностью. Для этого следует увеличить количество повторений не только в обычных, но и в более сложных непривычных условиях, что позволяет учащимся выработать гибкие навыки и умения. В зависимости от особенностей навыка (принадлежности спортивной игре) должна определиться целесообразность соотношения простых и вариативных повторений совершенствуемого задания. В целях дальнейшего совершенствования движений применяют различные методические приёмы в спортивных играх – переход от выполнения на месте к выполнению в движении, сочетание нескольких элементов в облегченных или нормальных условиях соревнования или игры. Задача повышения качества выполнения игрового задания должна ставиться на каждом занятии [4].

Рациональная техника дает возможность учащемуся, даже не обладающему исключительными физическими данными, добиваться высоких спортивных результатов. Успешно закрепленная в игровой обстановке всесторонняя техническая подготовка служит основой для осуществления тактических действий. Чем выше техническая подготовка учащихся, тем успешнее они смогут решать тактические задачи, тем выше тактическое мастерство группы в целом [6].

Список литературы

1. Бесков, К. Можно ли измерить мастерство [Текст] / К. Бесков // «Советский спорт», 1981, №12. – С 4.
2. Благуш, П.К. О теории тестирования двигательных способностей [Текст] / П.К. Благуш – М: Медицина, 1991. – 46 с.
3. Булкин, В.А. Управление процессом предсоревновательной подготовки спортсменов [Текст] // Управление процессом подготовки спортсменов: Материалы 4-ой Всерос. науч.-метод. конф. – Л., 1979. – С. 10-13.
4. Гаджиев, Г.М. Контроль соревновательной деятельности высококвалифицированных футболистов [Текст] / Г.М. Гаджиев, М.А. Годик, Г.С. Зонин: Методические рекомендации – М., 1982. – 26 с.
5. Годик, М.А. Контроль и управление нагрузками в футболе [Текст] // Футбол: Ежегодник / Сост. М.А. Годик, В.П. Климин, С.А. Савин. Ред. Кол. Ю.М. Арестов и др. – М.: Физкультура и спорт, 1981, №8 – С. 74-77.
6. Годик, М.А. О методике тестирования физического состояния детей [Текст] / М.А. Годик, Т.А. Шанина, Г.Ф. Шитикова // Теория и практика физ. культ. – 1993, №5 – С. 32-36.