ПЕРСПЕКТИВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ

Драндров Г.Л.¹, Кудяшева А.Н.², Кудяшев Н.Х.²

 1 Чувашский государственный педагогический университет им. И.Я. Яковлева, Чебоксары, e-mail: gerold49@mail.ru;

В статье рассматриваются два качественно различающихся подхода к организации процесса обучения детей основам техники футбола, условно обозначаемые как «дрессировка» и «обучение», раскрываются присущие «дрессировке» особенности, обусловливающие ее низкую практическую эффективность. Обосновываются теоретические основы реализации деятельностного подхода к обучению техническим приемам, предполагающего формирование ориентировочной основы двигательного действия, включающего наряду со зрительным образом и его логический образ в виде словесно сформулированных требований к выполнению входящих в его содержание положений и движений. Наличие ориентировочной основы, включающей необходимое и достаточное количество таких требований, позволяет обучаемым самостоятельно строить двигательное действие, контролировать процесс его осуществления, обнаруживать и распознавать допускаемые двигательные ошибки, оперативно вносить в процесс его выполнения необходимые коррекции. В содержании техники футбола, рассматриваемой как целостная система движений и двигательных действий, выделяются элементы различного уровня обобщения: от базовых, присущих всем техническим приемов, до частных, которыми одни элементы отличаются от других. Ориентация на результаты структурно-логического анализа техники футбола позволяет выстроить процесс обучения техническим приемам в направлении от усвоения базовых элементов к изучению более частных элементов, используя позитивный эффект положительного переноса имеющегося двигательного опыта на овладение новым учебным материалом.

Ключевые слова: техника футбола, технические приемы, дрессировка, ориентировочная основа действия, базовые элементы, от общего к частному, уровни обобщения.

PROMISING DIRECTIONS OF IMPROVING THE TECHNICAL PREPARATION OF YOUNG FOOTBALL PLAYERS

Drandrov G.L.¹, Kudyasheva A.N.², Kudyashev N.Kh.²

¹Chuvash State Pedagogical University named after I.Y. Yakovlev, Cheboksary, e-mail: gerold49@mail.ru; ²Naberezhnye Chelny Institute of Kazan Federal University, Naberezhnye Chelny

This article discusses two qualitatively different approach to organization of the process of teaching children the basics of football equipment, referred to as "learning" and "learning", reveals the inherent "training" features, its lowest practical effectiveness. Theoretical bases of activity implementation are grounded approach to teaching techniques, involving the formation of an indicative basis motor actions, including along with visualization and its Boolean image as verbally formulated requirements for the implementation of the provisions and movements. The presence of an indicative framework includes necessary and sufficient number of such claims, allows students to build motor activity, monitor its implementation process, detect and recognize permissible motor error, to make its implementation required correction. In the content technology football, considered as a system of movements and motor action stand out elements at various levels of generalization ranging from basic, inherent in all technical tricks to private, which some elements are different from others. Results orientation structurally-logical analysis technology allows to build football technical training process in the direction of mastering the basic elements to explore more private elements using positive effect positive migrate existing motor experience on mastering new educational material.

Keywords: football equipment, techniques, training, indicative framework action, basic elements, from the General to the particular, levels of aggregation.

Футбол относится к сложно координированным видам спорта. Технические приемы выполняются на высокой скорости, при активном противодействии со стороны соперника, в условиях взаимодействия с партнерами в игровых ситуациях, которые динамично

²Набережно-Челнинский институт Казанского (Приволжского) федерального университета, Набережные Челны

изменяются в трудно предсказуемых направлениях [1]. Это предъявляет высокие требования к уровню технического мастерства футболистов. Качество владения футболистами техникой футбола во многом зависит от эффективности технической подготовки спортивного резерва на этапах обучения в спортивных школах по футболу [2; 3]. Наряду с этим существующие в педагогической практике подходы к обучению основам техники футбола являются недостаточно эффективными. При их реализации не учитываются плодотворные педагогические идеи психологической теории деятельности и теории развивающего обучения [4-6].

Цель и задачи исследования. В связи с этим **цель** нашего исследования заключалась в разработке теоретических основ совершенствования технической подготовки футболистов. Для достижения этой цели нами решались две частные **задачи**:

- 1. Разработать ориентировочную основу технических приемов, входящих в содержание техники футбола.
- 2. Осуществить структурно-логический анализ техники футбола с учетом общего и частного в содержании технических приемов.

Решение этих задач осуществлялось на основе анализа и обобщения научно-методической литературы и обобщения собственного опыта тренерской работы.

Результаты исследования. *Дрессировать или учить?* В педагогической практике применяются два качественно различающихся подхода к организации обучения детей основам техники футбола. Условно их можно обозначить как «дрессировка» и «обучение» [4].

Психологи выделяют в содержании двигательного действия, которое является предметом изучения, три части. Ориентировочная основа действия (ООД) включает знания в виде теоретических, зрительных и двигательных представлений о двигательной задаче и способе ее решения (технике), исполнительная часть состоит из движений, обеспечивающих в совокупности решение задачи, контрольно-корректировочная часть обеспечивает контроль и коррекцию процесса решения.

Представители первого *подхода* (*«дрессировки»*) акцентируют свои усилия и усилия юных футболистов на усвоении исполнительной части разучиваемого технического приема, к примеру удара серединой подъема. От последних требуется выполнение практических заданий тренера (подводящих и специальных упражнений), направленных на создание у них двигательных представлений о движениях, из которых состоит удар.

Тренер, как правило, владеет знаниями ООД и использует их для управления построением разучиваемого двигательного действия с помощью словесных указаний и приемов зрительного показа. Футболисты выполняют отдельные движения или действие в

целом, опираясь на указания тренера. Имеющиеся у него знания ООД являются зачастую неполными и ошибочными. Это обусловлено тем, что тренер, ориентированный на «дрессировку», не уделяет их формированию достаточного внимания. С другой стороны, при таком подходе к обучению эти знания оказываются невостребованными – для правильного построения двигательного действия достаточно указаний тренера.

Контроль и коррекцию отдельных движений и действия в целом, выявление и распознавание двигательных ошибок и причин их возникновения осуществляет тренер, обладающий, в отличие от футболистов, необходимыми для этого знаниями ООД.

При таком подходе к обучению футболист в основном овладевает двигательным образом разучиваемого двигательного действия, может, опираясь на него, успешно воспроизвести его в стандартных условиях по словесному указанию тренера. Но он не может осознанно вносить в него изменения, учитывая конкретные условия игровых ситуаций. Для этого необходимо знание ООД и опыта его применения для управления двигательным действием [7].

Обученный (надрессированный) таким образом футболист правильно выполняет удар серединой подъема, но затрудняется с ответом на вопросы о том, как выполняется хлест, от чего зависит сила удара, как фиксировать стопу в момент удара и т.п. Он, словно медведь в цирке, умеет кататься на коньках, но не может рассказать о том, как нужно это делать.

Способом «дрессировки» обучаются не только спортсмены, но и дети дошкольного возраста, самостоятельно овладевающие навыками ходьбы, бега, лазания, прыжков, статического и динамического равновесия, плавания, передвижения на лыжах и коньках, бросания и ловли мяча, не имея при этом теоретических знаний о способе их выполнения. К примеру, один из героев пьесы Мольера очень удивился, когда в 30 лет узнал, что он говорит прозой.

При первых попытках выполнения этих действий они ориентируются в основном на знакомые зрительные образы, стремясь действовать так же, как и они. К примеру, ребенку предлагается «прыгать как зайчик».

Действия, разученные таким образом, направляются с помощью зрительных и двигательных представлений. Для них характерна минимальная степень участия сознания в их регуляции и, соответственно, высокая степень автоматизированности и помехоустойчивости.

Таким же образом осваиваются технико-тактические приемы юными футболистами дворовых команд, которые начинают их применять для решения игровых задач, опираясь преимущественно на зрительные образцы их выполнения. Этот путь освоения техники футбола характерен для звезд советского футбола середины прошлого века, выросших из

дворового футбола (Э. Стрельцов, П. Дементьев, В. Иванов и мн. др.), для бразильских футболистов (Пеле, Гарринча), выросших в великих мастеров, играя на песках знаменитого пляжа Копакабана в Рио-де-Жанейро. Значит ли это, что такой путь к вершинам футбольного мастерства является самым оптимальным и эффективным? Эффективным - да! Но это очень долгий и трудный путь проб и ошибок. Он пригоден для очень одаренных детей, способных быстро и с «листа» выполнять разучиваемые технические координации в полной координации. Про таких спортсменов говорят, что они обладают «умным телом».

Но является ли он оптимальным? Для того, чтобы научить человека плавать, нужно бросить его в воду. Может, путь этот будет короче, если сначала научить плавать, а затем бросать в воду. Учить способом «дрессировки» - значит «учить тело»: тренер управляет движениями спортсмена, чтобы сделать его тело способным решать двигательные задачи.

Способом «дрессировки» можно обучать как животных, так и, как мы уже отмечали выше, человека. Он необходим в обучении дошкольников, которые не способны усвоить теоретические знания о способе выполнения разучиваемых двигательных действий и осуществлять их произвольную словесную регуляцию. Но использовать его в обучении детей более старшего возраста — значит отказаться от такого мощного дидактического потенциала человеческого мозга, как мышление.

Поэтому в педагогической практике применяется другой, более эффективный, чем «дрессировка», способ обучения двигательным действиям, когда тренер обучает спортсмена (а не его тело), вооружая его знаниями о том, как правильно выполнять эти действия [7; 8]. Это существенно облегчает работу тренера, который в условиях «дрессировки» вынужден направлять действия каждого футболиста, поскольку они без его словесных указаний не в состоянии правильно решить двигательную задачу. Но данный подход применим только при обучении человека, который, в отличие от животных, является существом разумным.

Обучение двигательным действиям начинается с вооружения обучаемых знаниями о сути двигательной задачи и возможных способах ее решения. Эти знания формируются посредством наблюдения демонстрируемых способов в образцовом исполнении, которое сопровождается словесным комментарием, обеспечивающим выделение предмета усвоения. Другими словами, задача тренера на данном этапе обучения заключается в акцентировании внимания обучаемых на тех элементах изучаемого двигательного действия, от правильности выполнения которых во многом зависит эффективность его выполнения.

Объекты, требующие концентрации внимания при исполнении разучиваемого технического приема, называют «основными опорными точками» (ООТ), а их совокупность, составляющую программу действия, называют «ориентировочной основой действия» (ООД).

Нами разработана ориентировочная основа всех технических приемов футбола:

способов передвижения (бега, остановок, поворотов и прыжков), действий с мячом (ударов, приема мяча, ведения, обводки и отбора). В качестве примера в таблице 1 приведена ориентировочная основа удара серединой подъема, которая включает в свое содержание операции (движения), решаемые ими двигательные задачи и правила, выполнение которых обеспечивает решения двигательной задачи.

Таблица 1 Ориентировочная основа способа выполнения удара по мячу серединой подъема

Операции и	Правила выполнения по каждой ООТ	Субъективные
двигательные задачи	OT 1 D C	ощущения
1. Разбег.	ОТ-1 «Разбег»	
Задача: увеличить	Выполняется в 3-5 шагов в направлении	
скорость бега	удара	
	OT-2 «Опора»	
	Последний, стопорящий шаг разбега	Ощущение
	удлинен, опорная нога ставится на	пружинящего
	полшага впереди плеч и слегка сгибается в	напрыгивания на одну
2. Последний шаг.	коленном суставе, гася скорость бега.	ногу.
Задачи: снизить	ОТ-3 «Выход на мяч»	
скорость бега и	Нога слегка согнута в коленном суставе,	Ощущение упругой и
выполнить замах	стопа на линии мяча, в 10-15 см сбоку от	устойчивой опоры на
	мяча и в направлении удара.	опорной ноге.
	ОТ-4 «Замах»	
	Одновременно с последним шагом разбега	Ощущение положения
	бедро бьющей ноги отводится назад, нога	натянутого лука
	сгибается в коленном суставе	
3. Удар.	ОТ-4 «Хлест»	
Задача: выполнить	Нога при выполнении удара	Словно стряхивается
удар по мячу	последовательно разгибается в	«грязь» с подъема.
	тазобедренном и коленном суставах.	_
	ОТ-5 «Стопа»	
	В момент удара мышцы стопы	Ощущение стопы как
	напряжены, носок оттянут вниз	единого целого
4. Проводка.	ОТ-6 «Скручивание»	
Задача: вернуться в	Одновременно с ударом рука,	Ощущение
положение упругой и		
устойчивой опоры	совершает мах вперед-вовнутрь, помогая	отношению к тазу
	скручиванию туловища вокруг	_
	вертикальной оси	

Предварительное вооружение юных футболистов полноценной ООД в виде логического образа удара серединой подъема создает условия для того, чтобы они могли осознанно управлять разучиваемыми движениями, определять и распознавать свои двигательные ошибки и исправлять их при последующих повторениях.

Первые попытки выполнения разучиваемого технического приема должны сопровождаться громким проговариванием его ООД. Это способствует запоминанию

последовательности выполняемых элементов, составляющих содержание двигательного действия, операций контроля всех ООТ. С ростом количества повторений каждая операция и технический прием в целом уточняются и прочно запоминаются. Благодаря этому громкое проговаривание ООД становится излишним. Внимание обучаемых постепенно сосредоточивается преимущественно на тех элементах разучиваемого технического приема, которые нуждаются в контроле. Действия и движения в остальных ООТ выполняются автоматически, без участия сознания обучаемого. Управление его осуществлением переходит с уровня двигательного умения на уровень навыка, который характеризуется минимальным участием сознания в реализации технического приема, высокой быстротой выполнения, стабильностью результата, устойчивостью к воздействию сбивающих факторов и большой прочностью запоминания.

При выполнении футболистами технического приема на уровне навыка сознание направлено в основном на его узловые элементы, на учет изменений в игровой ситуации и творческое решение двигательной задачи, коррекцию исполнения. Ведущая роль в контроле движений отводится двигательному анализатору (мышечному «чувству мяча»), в то время как зрительный анализатор переключается на контроль игровой ситуации и результаты деятельности. При этом футболисты всегда могут перейти с автоматизированного управления техническим приемом на «ручное». Это происходит при столкновении с ситуациями, когда привычные способы действия становятся не эффективными.

Если результатом «дрессировки» выступает формирование у футболиста преимущественно *двигательного* образа способа выполнения разучиваемого технического приема, то результатом «обучения» – формирование наряду с двигательным и полноценного *погического* образа, который носит обобщенный характер. В первом случае футболист может успешно применять изученный технический прием в стандартных условиях, во втором случае – может использовать его при решении типовых двигательных задач в вариативных условиях.

От общего к частному. Футбол отличается значительным разнообразием технических приемов. Между тем в практике обучении технике футбола по принципу «дрессировки» отдельные технические приемы разучиваются без понимания и осознания имеющихся между ними общих базовых элементов. Поэтому при усвоении новых технических приемов занимающиеся не могут выделить в их содержании то, что является «известным», и то, что «неизвестно» для них. Они не могут использовать свой двигательный опыт для овладения способами их осуществления. Приведем пример. В учебных пособиях по футболу приводится раздельное описание способов выполнения ударов ногой по мячу: удара серединой подъема, внутренней и внешней частью подъема, удара носком. При этом не

указывается, чем они похожи и отличаются друг от друга. На самом деле эти удары отличаются друг от друга лишь положением стопы бьющей ноги в момент удара, направлением разбега и положением стопы опорной ноги (табл. 2).

Начиная обучение, нужно сообщить футболистам, что разучиваемый ими удар внешней частью подъема отличается по отношению к усвоенному ими удару серединой подъема только положением стопы бьющей ноги в момент удара. Выделив с помощью тренера «знаемое» и то, что является для них «не знаемым», новым по отношению к двигательному опыту, футболисты легче справляются с заданием.

Таблица 2 Специфические особенности способов удара различными частями стопы (по отношению к удару серединой подъема)

Операции	Удар внешней частью	Удар внутренней	Удар
Операции	подъема	частью подъема	носком
1. Разбег	Различий нет	Выполняется <i>под углом</i> к направлению удара	Различий нет
2. Последний шаг	Различий нет	Стопа опорной ноги ставится <u>в</u> <u>20-30 см</u> сбоку от мяча, туловище при замахе <i>отклоняется</i> в сторону опорной ноги	Различий нет
3. Удар	Стопа развернута <u>вовнутрь</u> на 30-60°	Стопа развернута <u>кнаружи на</u> <u>30-60°</u>	Носок в <u>направлении</u> <u>у</u> дара

При его выполнении они осознанно контролируют только положение стопы, движения по остальным «знаемым» ООТ осуществляются без участия сознания. Как показывает практика, футболисты, осознанно овладевшие ударом серединой подъема, выполняют правильно остальные удары буквально с «листа», после нескольких попыток. Эффект такого осознанного положительного переноса не наблюдается при обучении способом «дрессировки».

Для того чтобы в обучении технике футбола можно было использовать дидактический потенциал положительного переноса, нужно в первую очередь изучить общие, базовые для всех технических приемов элементы, а затем — элементы более частного характера. Для определения оптимальной последовательности обучения технике футбола нами был осуществлен структурно-логический анализ входящих в ее содержание технических приемов (табл. 3) с учетом общего и частного в их содержании. Нами были выделены в содержании технических приемов элементы, которые являются общими для:

- **всех игровых действий (игровая стойка, беговой и стопорящий шаги)**;
- всех технических приемов, выполняемых с мячом (выход на мяч);

- > отдельных технических приемов с мячом: ведения, ударов, остановок, отбора мяча;
- технических приемов ведения мяча и обводки соперника (проталкивания мяча);
- ударов ногой по мячу (замах, хлест и жесткость звена тела, которым наносится удар);
- способов приема мяча (вынос звена тела навстречу мячу, уступающее движение и мягкость звена тела, принимающего мяч.

В свою очередь, технические приемы ударов по мячу, ведения мяча, приема мяча различаются: 1) по звеньям тела, воздействующим на мяч; 2) по частям этих звеньев тела. В каждом техническом приеме содержатся элементы разного уровня обобщения.

Таблица 3 Структурно-логическая схема техники футбола

Уровень обобщения	Базовые элементы	и соревновательные действия	Область распространения	
Первый	Игровая стойка	Спортивные игры		
Второй		Выход на мяч	Действия с мячом	
1	Про	Ведение и обводка		
Третий	Замах, хлест, жесткос	Удары ногой		
	, ,	и головой		
	мяч Вынос звена тела навстречу мячу, уступающее движение, расслабленность мышц		Остановки мяча	
	i	йствия звеном тела с включением		
		их базовых элементов:		
	1) проталкивание	серединой, внутренней и	Способы ведения	
	мяча	внешней частью подъема	мяча	
		носком, пяткой, серединой	Способы удара	
	2) замах, хлест,	подъема, внутренней и внешней	ногой	
	жесткость звена тела,	частью подъема и стопы	Основной отбор	
Четвертый	воздействующего на мяч	серединой и боковой частью лба	Способы удара головой	
		руками	Вбрасывание мяча	
	3) вынос звена тела	подошвой, серединой подъема,	Способы остановки	
	навстречу мячу,	внутренней и внешней частью	мяча ногой	
	уступающее	стопы, бедром	потон вркм	
	движение,		Остановка мяча	
	расслабленность	грудью	грудью	
	МЫШЦ			
			Удары ногой	
		различными		
		способами по		
	Изменения, вносимы	неподвижному,		
П	учетом специфики	катящемуся и		
Пятый	двигательной за,	летящему мячу		
	направл	Различные способы		
		остановок		
		катящегося,		
			опускающегося и	
			летящего мяча	

			Технические
Шестой	Изменения, вносимые в соревновательные действия с учетом специфики тактических задач и конкретных условий игровой ситуации: скорости и направления движения партнеров и соперников	приемы,	
		выполняемые во	
		взаимодействии с	
		партнерами и при	
		противодействии со	
			стороны соперника

К примеру, в содержании удара внутренней частью подъема по катящемуся мячу содержатся элементы:

- первого уровня обобщения поза упругости, беговой и стопорящий шаг;
- второго выход на мяч;
- ▶ третьего замах, хлест, жесткость стопы;
- четвертого положение стопы в момент удара;
- пятого изменения, учитывающие скорость, направление и траекторию полета мяча;
- ▶ шестого изменения, учитывающие скорость и направление движения партнера и его опекуна.

Ориентируясь на результаты структурно-логического анализа техники футбола, мы разработали последовательность обучения техническим приемам в направлении от базовых элементов к элементам более частного характера. При ее реализации создаются условия для повышения качества технической подготовки футболистов на основе использования эффекта положительного переноса с ранее усвоенных базовых элементов на изучение новых по отношению к двигательному опыту технических приемов.

Заключение. Повышение эффективности технической подготовки юных футболистов обусловлено: формированием полноценной ориентировочной основы разучиваемых технических приемов с выделением в их содержании элементов шести уровней обобщения; реализацией последовательности обучения техническим приемам от общего к частному.

Список литературы

- 1. Губа В.П. Теория и методика футбола: учебное пособие / В.П. Губа, А.В. Лексаков. М.: Советский спорт, 2013. 536 с.
- 2. Губа В.П. Методология подготовки юных футболистов / В.П. Губа, А. Стула. М.: Человек, 2015.-184 с.
- 3. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. М.: Человек, 2010. 176 с.
- 4. Марков В.В. Современные направления совершенствования методик обучения

- двигательным действиям в спорте / В.В. Марков, О.О. Николаева // Фундаментальные исследования. -2012. -№ 6. -Ч. 1. С. 34-38.
- 5. Драндров Г.Л. Совершенствование методики технической подготовки юных футболистов: монография / Г.Л. Драндров, Н.Х. Кудяшев. Чебоксары: Изд-во Чуваш. гос. пед. ун-та, 2011.-119 с.
- 6. Драндров Г.Л. Систематизация технических приемов в футболе с учетом общего и частного в их содержании / Г.Л. Драндров, Н.Х. Кудяшев, В.Е. Афоньшин // Фундаментальные исследования. 2015. № 2. Ч. 1. С. 131-134.
- 7. Боген М.М. Обучение двигательным действиям. М.: Физкультура и спорт, 1985. 192 с.
- 8. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для вузов физической культуры. 5-е изд., испр. и доп. М.: Советский спорт, 2010. 340 с.