

ЕФЕКТИВНІСТЬ ВПЛИВУ РОЗРОБЛЕНОЇ МЕТОДИКИ НА ТЕХНІКО-ТАКТИЧНУ ПІДГОТОВКУ ВОРОТАРІВ У ФУТЗАЛІ

Ланицький Віталій, Коваленко Ірина

Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка

Анотації:

У статті вказано, що рівень розвитку футзалу вимагає диференційованого підходу до проблеми вдосконалення підготовленості гравців. Визначено те, що саме під час підготовки воротарів необхідно більшу увагу приділяти техніко-тактичній підготовці, так як засвоєння техніки і тактики гри воротаря вимагає спеціальної методики проведення тренувань. Визначено ефективність впливу розробленої методики на вдосконалення техніко-тактичної підготовки студентів-воротарів групи підвищення спортивної майстерності з футзалу.

Ключові слова:

футбол, студенти, техніка, тактика, воротар.

The article mentioned that the level of development of Futsal requires a differentiated approach to the problem of improving the fitness of the players. Determined that during the preparation of the goalies need to focus more on technical and tactical training, as mastering the techniques and tactics of the game of the goalkeeper requires special methods of training. Developed and determined the effectiveness of methods of improving the technical-tactical training of students of goalkeepers group improving sports skills of Futsal.

football, students, techniques, tactics, goalkeeper.

В статті вказано, що рівень розвитку футзалу потребує диференційованого підходу до проблеми вдосконалення підготовленості гравців. Визначено те, що саме під час підготовки воротарів необхідно більше уваги приділяти техніко-тактичній підготовці, так як засвоєння техніки і тактики гри воротаря потребує спеціальної методики проведення тренувань. Визначено ефективність впливу розробленої методики на вдосконалення техніко-тактичної підготовки студентів-воротарів групи підвищення спортивної майстерності з футзалу.

футбол, студенти, техніка, тактика, воротар.

Постановка проблеми. Сучасний рівень розвитку футзалу вимагає диференційованого підходу до проблеми вдосконалення підготовленості гравців. Особливості тренування у футзалі передбачають індивідуальні цілі для кожного гравця, так наприклад, дії воротаря багато в чому відрізняються від дій польових гравців. Фахівці [1–3] стверджують, що головна особливість воротарів – це реакція, а головний принцип гри – не пропустити м'яч у ворота. Під час підготовки воротарів необхідно розглядати вправи суто для техніки, як правильно підібрати позицію так, як сімдесят відсотків відбитого м'яча залежить саме від правильної позиції.

Засвоєння техніки і тактики гри воротаря вимагає спеціальної методики проведення тренувань. Граючи в самій гарячій зоні перед воротами, де протистоять атакуючих гравців досягає своєї межі, воротареві доводиться застосовувати не тільки специфічні прийоми гравців даного амплуа, але і техніко-тактичні прийоми польових гравців. Про сучасного футзального воротаря можна сміливо сказати, що він повинен грати в полі не гірше, ніж польові гравці, в той же час успішно діяти безпосередньо у воротах, така специфіка футзалу. Ось чому при підготовці воротарів слід враховувати дану обставину.

Встановлено, що воротарі під час гри найчастіше здійснюють кидання м'яча рукою, ударом ногою, перехоплення м'яча, відбивання м'яча руками. При цьому найбільша кількість неточних дій у грі, за даними С. Н. Андрєєва, С. В. Голомазова, Є. Ю. Дорошенка, С. Т. Хачатуряна воротарі здійснюють при виконанні кидання м'яча рукою, ударом ногою [3, 6–8]. Питання організації фізичної підготовки та впливу рухових якостей на рівень і якість гри в цілому вивчено, тоді як проблема техніки і тактики воротарського мистецтва не достатньо розглянута.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Спеціалісти [2–4] вказують на те, що воротарі у футзалі під час тренувань та у процесі змагальної діяльності змушені використовувати широкий специфічний арсенал техніко-тактичних дій (ТТД), застосування яких вимагає

II. Науковий напрям

спеціальної підготовки. На тренувальних заняттях рекомендується відпрацьовувати ситуації, коли воротар може підключатися в напад, награвати необхідні взаємодії з партнерами [4]. Як правило, основи воротарської майстерності були об'єктом уваги самих воротарів, які накопичили багатий практичний досвід [2].

До найбільш фундаментальних досліджень, присвячених підготовці кваліфікованих футзальних воротарів і їх найближчого резерву, варто віднести роботи С. Н. Андреева, С. В. Голомазова [2, 5, 6], але у науковій та методичній літературі недостатньо даних, де би було чітко окреслено напрямки підготовки воротарів. Тому, можемо відзначити, що питання підготовки воротарів розглянуто не достатньо і необхідне термінове розв'язання завдань удосконалення техніко-тактичної підготовленості воротарів у футзалі.

Мета роботи: визначити вплив розробленої методики вдосконалення техніко-тактичної підготовки студентів-воротарів групи ПСМ з футзалу.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати науково-методичну літературу з техніко-тактичної підготовки воротарів у футзалі.
2. Визначити стан техніко-тактичної підготовленості воротарів 17–21 року протягом річного тренувального циклу.
3. Експериментально перевірити розроблену методику з техніко-тактичної підготовленості воротарів у футзалі.

Результати дослідження та їх обговорення. Після визначення недоліків та позитивних моментів у підготовці студентів-футзалістів було розроблено та впроваджено авторську методику вдосконалення техніко-тактичної підготовленості, яка полягала у включенні великого набору вправ техніко-тактичного спрямування.

Дані тестування фіксувалися у протоколах визначення техніко-тактичної підготовленості футзалістів. Дослідження проводилося протягом 2015–2016 н. р. у групі підвищення спортивної майстерності ННФК СумДПУ імені А. С. Макаренка, спеціалізацією яких є футзал. У дослідженнях взяли участь 4 воротарі віком від 17 до 21 років.

Метою розробленої методики є досягнення найвищих результатів оволодіння технічними прийомами з їх подальшим вдосконаленням, а також покращенням тактичних дій. Методика навчання техніко-тактичних дій воротарів включала наступні завдання:

1. Визначення сильних і слабких сторін в цілому.
2. Виявлення тенденції подальшого удосконалення технічних і тактичних параметрів футзалістів.
3. Побудова навчально-тренувального процесу.

Процес навчання проходив при максимальній щільності занять, включаючи вправи як для розучування технічних прийомів в групі, так і для індивідуального тренування.

Таблиця 1

Зміна результатів з техніко-тактичної підготовленості респондентів протягом експерименту, $\bar{X} \pm \sigma$

№	Тести	До експерименту		Після експерименту		t	Приріст, %
		\bar{X}	σ	\bar{X}	σ		
1	Вкидання м'яча рукою на точність, к-ть разів	2	1,45	3	0,97	1,20	4,0
2	Вкидання м'яча рукою на дальність, м	36,57	1,02	37,40	1,35	0,86	2,3
3	Жонгливання м'ячем, к-ть разів	48	5,30	55	10,0	1,13	14,6
4	Човниковий біг 4x9 м, с	5,78	0,55	5,65	0,42	0,73	2,2

II. Науковий напрям

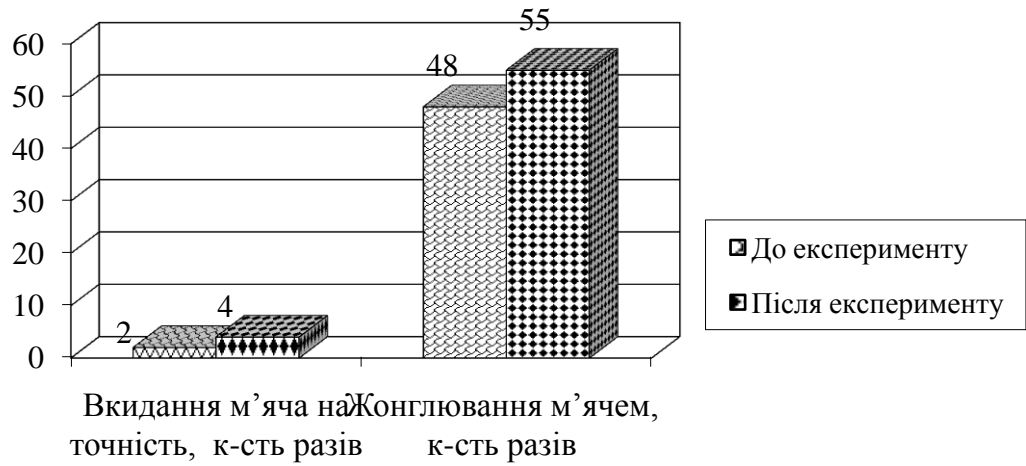


Рис. 1. Зміна показників вкидання м'яча на точність та жонглювання м'ячем до та після експерименту

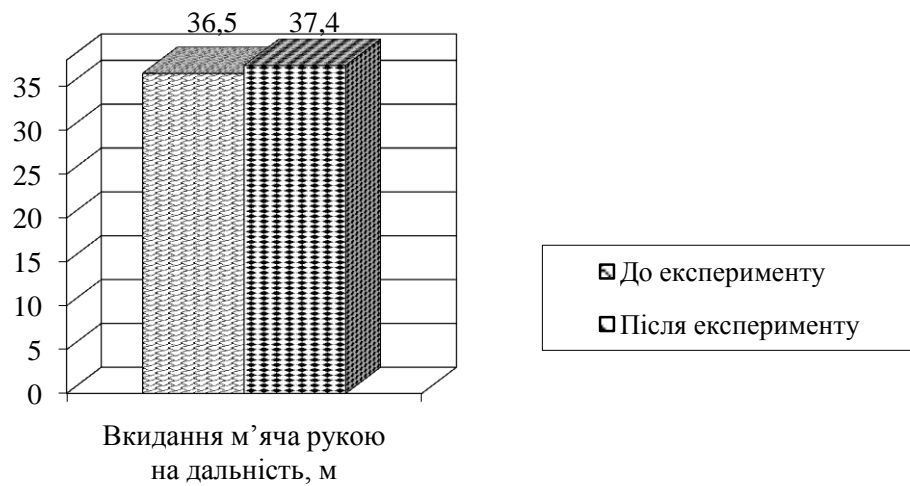


Рис. 2. Зміни показника вкидання м'яча на дальність протягом експерименту

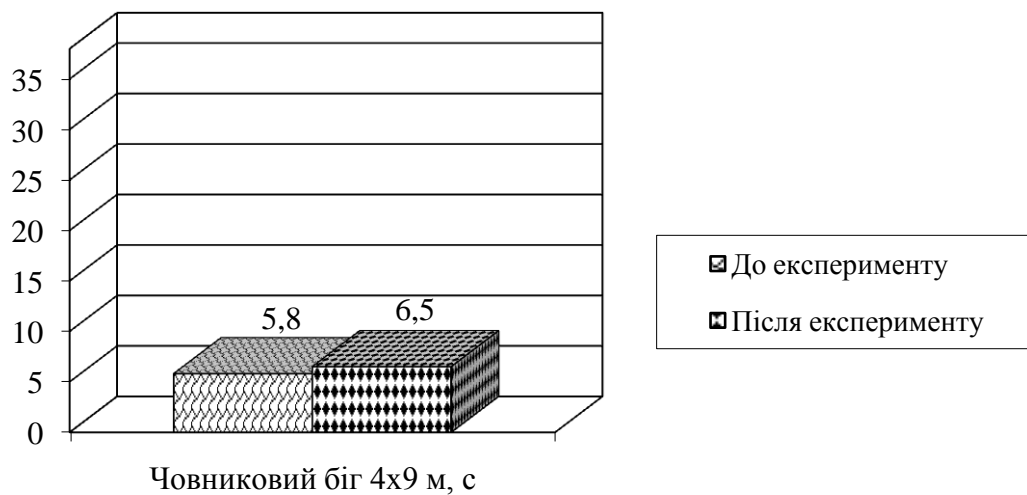


Рис. 3. Зміни показника координаційних здібностей протягом експерименту

Ефективність розробленого педагогічного експерименту оцінювалася за зміною результатів техніко-тактичної підготовленості спортсменів на початку та закінченні футбольного сезону. Дані, представлені у табл. 1 та рис. 1–3, вказують на покращення техніко-тактичної підготовленості гравців.

Якщо на початку дослідження техніко-тактичні дії воротарів, які виявлялися за допомогою тестів з кидання м'яча однією рукою на точність попадання кількість разів, та жонглювання кількість разів, вказували на низькі результати – $2,5 \pm 1,45$ разів та $48 \pm 5,30$ разів, тоді як у кінці експерименту ці показники підвищились до $3,5 \pm 0,97$ разів та $55 \pm 10,0$ разів (рис. 1). Зрушення у сторону покращення відбулися відповідно на 4,0 % та 14,6 %.

Показники тестової вправи «Кидання м'яча на дальність» протягом досліджуваного періоду змінилися від $36,57 \pm 1,02$ м до $37,40 \pm 1,35$ м, що на 2,3 % більше ніж на початку педагогічного експерименту (рис. 2).

Показники координаційних здібностей змінилися протягом педагогічного експерименту від $5,78 \pm 0,55$ с до $5,65 \pm 0,42$ с, приріст показників човникового бігу 4х9 м склав – 2,2 % (рис. 3).

Висновки.

1. Планування спортивного тренування студентів-футзалістів будується на основі підготовки протягом навчального року і складається з підготовчого та змагального періодів. Педагогічний експеримент полягав у виконанні великого обсягу засобів техніко-тактичного, психологічного, теоретичного спрямування.

2. Навчально-тренувальний процес з індивідуальним підходом до кожного спортсмена будується на підставі аналізу результатів участі в змаганнях з метою визначення сильних і слабких сторін спортсменів та найбільш підготовлених і найменш підготовлених воротарів. Тестування кидання м'яча покращились від $36,57 \pm 1,02$ м до $37,40 \pm 1,35$ м. Тестування координаційних здібностей змінилися протягом досліджуваного періоду від $5,78 \pm 0,55$ с до $5,65 \pm 0,42$ с.

У результаті застосування розробленої методики підготовки воротарів відбулися суттєво достовірні покращення за всіма досліджуваними показниками.

Перспективи подальших досліджень з даного напрямку. Розробити комплекс вправ для удосконалення загальної та спеціальної фізичної підготовки студентів-футзалістів.

Список використаних літературних джерел

- Акинфеев И. В. Использование прыжковых упражнений в подготовке вратарей в футболе / И. В. Акинфеев, Ю.В. Тихомиров // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2010. – № 12 (70). – С. 3–5.
- Андреев С. Н. Основы технической подготовки вратаря в мини-футболе (футзале) : учеб.-метод. пособ. / С. Н. Андреев, Г. Н. Гарагуля. – М. : Советский спорт, 2011. – 120 с.
- Андреев С. Н. Мини-футбол. Подготовка футболистов в спортивных школах и любительских командах : метод. пособ. / С. Н. Андреев, В. С. Левин. – Липецк : ГУ «РОГ», 2004. – 496 с.
- Беспорочный А. Л. Любительский фут зал профессионально / А. Л. Беспорочный, Д. А. Беспорочный. – Харьков : Сим, 2009. – 200 с.
- Голомазов С. В. Футбол. Теоретические основы и методика контроля технического мастерства / С. В. Голомазов, Б. Г. Чирва. – М. , 2000. – С. 17–27.
- Голомазов С. В. Антиципация вратаря в игре и оценка им возможности выполнения действий. Футбол-профи / С. В. Голомазов, Б. Г. Чирва. – Донецк, 2005. – С. 40–45.
- Дорошенко Є. Ю. Учебно-тренировочная и соревновательная деятельность в процессе многолетней подготовки юных вратарей (на примере футбола) / Э. Ю. Дорошенко, П. А. Шалфеев, В. А. Воробец [и др.] // Физическое воспитание студентов творческих специальностей : сб.науч. тр. / под ред. С. С. Ермакова. – Харьков : ХГАДИ (ХХПИ), 2007. – № 1. – С. 39–47.
- Хачатурян С. Т. Индивидуально-тактическая подготовка вратарей на основе активизации движений футболистов : автореф. дис. ... канд. пед. наук. – М., 2000. – 23 с.