

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет»

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, СПОРТ, ТУРИЗМ:  
НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ**

Материалы XII Всероссийской научно-практической конференции  
с международным участием

(25–26 апреля 2024 г., г. Пермь, Россия)

Пермь  
ПГГПУ  
2024

УДК 796/799  
ББК Ч 51  
Ф 505

Р е ц е н з е н т :

канд. пед. наук, доцент кафедры теории и методики физической культуры и туризма  
Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета *А.М. Тихонов*

Ф 505

**Физическая** культура, спорт, туризм: научно-методическое сопровождение : материалы XII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (25–26 апреля 2024 г., г. Пермь, Россия) / редакционная коллегия : Е.В. Старкова (главный редактор), Т.Н. Ключинская (научный редактор), К.Н. Черепанов (технический редактор) ; Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет. – Пермь, 2024. – 4,0 Mb. – 1 электрон. опт. диск (CD-R). – Системные требования : ПК, процессор Intel(R) Celeron(R) и выше, частота 2.80 ГГц; монитор Super VGA с разреш. 1280x1024, отображ. 256 и более цв.; 1024 Mb RAM; Windows XP и выше; MS PowerPoint 2003 и выше; Adobe Acrobat 8.0 и выше; CD-дисковод; клавиатура; мышь. – Текст (визуальный) : электронный.

ISBN 978-5-907676-06-0

Представлены результаты исследований, посвященных проблемам спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры; социокультурным, историческим и правовым аспектам развития сферы туризма в современных социально-экономических условиях.

Авторы, следуя инновационным традициям науки, внесли очередной вклад в теорию и практику различных видов физической культуры. В материалах конференции рассматриваются общие и частные направления развития общего образования; концепции, системы, методики профессиональной подготовки в сфере физической культуры, спорта и туризма. Разнообразие представленных материалов даст возможность вдумчивым читателям найти ответы на интересующие их вопросы.

Издание адресовано научным работникам, преподавателям и студентам профильных высших учебных заведений, учителям физической культуры, тренерам.

УДК 796/799  
ББК Ч 51

Р е д а к ц и о н н а я   к о л л е г и я :

*Е.В. Старкова* – канд. пед. наук, доцент кафедры теории и методики физической культуры и туризма ПГГПУ (главный редактор);  
*Т.Н. Ключинская* – канд. пед. наук, доцент кафедры теории и методики физической культуры и туризма ПГГПУ (научный редактор);  
*К.Н. Черепанов* – старший преподаватель кафедры спортивных дисциплин и адаптивной физической культуры ПГГПУ (технический редактор)

Издается по решению редакционно-издательского совета  
Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета

ISBN 978-5-907676-06-0

© ФГБОУ ВО «Пермский государственный  
гуманитарно-педагогический университет», 2024

## АНАЛИЗ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВРАТАРЕЙ В ФУТБОЛЕ

Аснин Дмитрий Александрович, магистр  
Врублевский Евгений Павлович, доктор педагогических наук, профессор  
Полесский государственный университет, г. Пинск, Беларусь

**Аннотация.** Результаты исследования позволили изучить структуру соревновательной деятельности вратарей в футболе, выявить основные требования к значимым показателям подготовленности футбольных голкиперов на современном этапе развития игры, исследовать теоретико-методические аспекты подготовки футбольных вратарей, конкретизировать средства и методы технико-тактической подготовки вратарей студенческих футбольных команд. Выявлено, что количественно-качественные параметры игровой соревновательной деятельности квалифицированных футболистов значительно превосходят аналогичные показатели игроков студенческих команд.

**Ключевые слова:** вратари, футбол, подготовка, соревновательная деятельность, удары.

## ANALYSIS OF GOALKEEPERS' COMPETITIVE ACTIVITY IN FOOTBALL

Asnin Dmitry Alexandrovich, Undergraduate Student  
Vrublevskiy Evgeny Pavlovich, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor  
Polessky State University, Pinsk, Belarus

**Abstract.** The results of the study made it possible to study the structure of competitive activity of goalkeepers in football, identify the main requirements for significant indicators of the readiness of football goalkeepers at the current stage of the game's development, explore theoretical and methodological aspects of the training of football goalkeepers, specify the means and methods of technical and tactical training of goalkeepers of student football teams. It was revealed that the quantitative and qualitative parameters of the competitive gaming activity of qualified football players significantly exceed similar indicators of the players of student teams.

**Keywords:** goalkeepers, football, preparation, competitive activity, strikes.

**Актуальность.** Соревновательная деятельность в футболе предъявляет высокие требования к игровым действиям как полевых игроков, так и вратарей, эффективность которых во многом определяется технико-тактическим арсеналом спортсмена [1, 5, 6]. Вратарь в футболе является одной из ключевых фигур, от него зависит достижение высоких спортивных результатов в соревнованиях различных уровней. В процессе игры вратарю необходимо быстро реагировать на постоянно изменяющуюся соревновательную ситуацию, а также выполнять большое количество перемещений, которые по объему не уступают полевым игрокам. Такая специфика игры требует от вратарей высокого уровня физической, функциональной и психофизиологической подготовленности, которые обеспечивают достижение максимальной эффективности технико-тактических действий в процессе соревнований [2, 3, 4, 7].

В современном футболе вратарь не только защитник, но и созидатель. Вратари всегда испытывали огромное давление, которое связано с исходом матча, так как вероятность ошибки велика, а устоявшиеся шаблоны изменяются стремительными темпами. На ЧМ-2022 высоких результатов добились вратари, которые постоянно играли за сборную (Уго Льорис – 139 матчей, Гильермо Очоа – 131, Мануэль Нойер; Кейлор Навас – 112 матчей). Четверть всех высококвалифицированных вратарей уже сыграли более 80 матчей за сборную. Причем более половины из них находятся в возрасте от 30 до 35 лет.

Цель исследования – провести анализ соревновательной деятельности вратарей различной квалификации в футболе. Для решения поставленной цели были использованы следующие

методы исследования: анализ и систематизация литературных данных, опрос специалистов футбола и обобщение их практического опыта, педагогические наблюдения за учебно-тренировочной и соревновательной деятельностью футболистов различной квалификации.

Анализ литературных данных позволил изучить структуру соревновательной деятельности спортсменов, выявить основные требования к значимым показателям подготовленности футбольных голкиперов на современном этапе развития игры, исследовать теоретико-методические аспекты подготовки футбольных вратарей, конкретизировать средства и методы технико-тактической подготовки вратарей студенческих футбольных команд.

Результаты исследования и их обсуждение. Анализ соревновательной деятельности позволил установить, что в играх Суперлиги и Первого дивизиона чемпионата России 2019 и 2020 гг. на предварительном этапе полевыми игроками выполнялось ударов по воротам ( $2832,7 \pm 43,7$  раза) достоверно больше ( $p < 0,01$ ), чем в Суперфинале ( $1015,8 \pm 22,6$  раза) и в играх плей-офф ( $692,6 \pm 19,7$  раза) (таблица).

При этом характерной особенностью соревновательной деятельности являлось то, что на предварительном этапе высококвалифицированные вратари значительно больше пропускали мячи в свои ворота ( $857,4 \pm 20,3$  раза), по сравнению с играми Суперфинала ( $582,2 \pm 17,8$  раза) и играми плей-офф ( $269,9 \pm 18,6$  раза) ( $p < 0,05$ ).

### **Количественные и качественные характеристики игровых действий высококвалифицированных вратарей на чемпионатах России 2019 и 2020 гг. ( $n = 38$ ; $M \pm m$ )**

Игровые действия		Предварительный этап ( $t_1$ )	Суперфинал ( $t_2$ )	Плей-офф ( $t_3$ )	$t_1-t_2$	$t_2-t_3$	$t_1-t_3$
Всего ударов по воротам, кол-во		$2832,7 \pm 43,7$	$1015,8 \pm 22,6$	$692,6 \pm 19,7$	$< 0,01$	$< 0,05$	$< 0,01$
Пропущенные мячи, кол-во		$857,4 \pm 20,3$	$582,2 \pm 17,8$	$269,9 \pm 18,6$	$< 0,05$	$< 0,05$	$< 0,05$
Пойманные мячи, кол-во		$810,7 \pm 19,5$	$149,8 \pm 14,3$	$169,6 \pm 14,8$	$< 0,01$	$> 0,05$	$< 0,01$
Отбитые мячи, кол-во	руками	$657,7 \pm 17,9$	$165,4 \pm 15,1$	$153,5 \pm 15,0$	$< 0,01$	$> 0,05$	$< 0,01$
	ногами	$506,9 \pm 16,8$	$108,4 \pm 13,8$	$99,6 \pm 10,1$	$< 0,01$	$> 0,05$	$< 0,01$
Эффективность игры, %		69,7	41,7	61			

Анализ данных таблицы свидетельствует, что эффективность игры высококвалифицированных вратарей в Суперфинале достоверно ( $p < 0,05$ ) ниже (41,7 %), чем эффективность на предварительном этапе и в играх плей-офф (69,7 и 61,0 % соответственно). Следует также отметить, что высококвалифицированные вратари в футболе чаще отбивали руками и ногами мяч, направленный в ворота, чем ловили его, о чем также свидетельствуют данные таблицы.

Согласно опубликованным данным, среднестатистический вратарь в современном футболе имеет следующие антропометрические параметры: рост (188–192 см); вес (83–87 кг); весоростовой индекс (0,42–0,44). Вероятно, данные показатели роста, веса и весоростового индекса ориентировочно являются оптимальными для успешной соревновательной деятельности квалифицированных вратарей в современном футболе [1].

Игроки студенческих команд в среднем за игру выполняют 90 передач вперед при 29 % брака, 54 передачи назад и поперек при 9 % брака, что говорит об удовлетворительном контроле мяча и хорошей сыгранности. При выполнении длинных передач студенческие команды совершают 54 % брака, что говорит о недостаточном уровне совершенства этого технического элемента. При контроле мяча большое значение имеет использование ведения и обводки. В среднем за игру ведение применяется 26 раз. При обводке игроки совершают 38 % брака, при отборе мяча – 36 % брака. Процент брака у футболистов-студентов здесь со-

ставляет 14 %. Критерием физической готовности рассматривают такой показатель, как единоборства внизу и вверху. Доля брака здесь достигает 50 и 46 % соответственно. В среднем за матч при игре головой студенческая команда совершает 20 % брака.

Известно, что решающее значение имеет конечный результат матча. Он достигается наибольшим количеством забитых мячей в ворота соперника. При подсчете разницы ударов, попавших и не попавших в створ ворот, выявлено, что на долю брака приходится 47 % ударов в ворота. Количество ударов в ворота головой – минимальное: всего 2 за игру. В среднем за один матч игроки студенческой команды совершают в сумме 509 технико-тактических действий при 39 % брака.

Представленные данные указывают на то, что в игре студенческих команд футболисты чаще всего используют короткие и средние передачи – 28 %; отбор – 14 %; длинные передачи – 13 %; единоборства – 12 %; перехват – 10 %; обводку – 6 %; ведение – 5 %. В тренировках в составе студенческой команды должно совершенствоваться исполнительское мастерство на фоне развития личностных качеств. Спортивная техника, в том числе техника игры вратаря, имеет объективное значение и в то же время приобретает для каждого индивидуальный характер. Общее направление отечественной вратарской игры особенно ярко проявляется в технике владения мячом.

По мнению ряда специалистов [1, 3, 4], техника вратарской игры – это система технических приемов и специализированных движений и действий (со сложившимися понятиями о них), которая является результатом длительного развития коллективного опыта в применении тех или иных элементов в игре.

Выводы. Внимание вратаря должно быть направлено на улучшение сыгранности с защитниками и полузащитниками, четкость выходов из ворот, выработку уверенности в действиях. Необходимо правильно использовать площадь перед воротами для своих действий в каждом эпизоде игры; разгадывать действия противника и отвечать на них контрмерами; действовать активно, приходя на помощь партнерам; овладев мячом, организовывать наступление своей команды и руководить партнерами при обороне ворот.

Вратари высокой квалификации в среднем за игру совершают 116 технико-тактических действий: 49 при организации атак, 31 в воротах и 36 на выходах. Точно в створ ворот нападающие направляют в среднем до 19,8 ударов за игру, что составляет 53,6 % от числа всех мячей. Из всех ударов по воротам вратарям высокой квалификации удается отражать 60 % мячей в нижней части ворот и 40 %, соответственно, в верхней. Из всех отраженных вратарем ударов в среднем 36,2 % приходится на удары, нанесенные с ближней позиции: в правую часть ворот – 37 %; в левую – 34,4 %; по центру – 37 % от всех нанесенных за игру ударов. На долю отраженных ударов с дальней позиции приходится 41,1 %: в правую часть ворот – 27,5 %; в левую – 44,4 %; по центру – 52,3 %.

Количественно-качественные параметры игровой соревновательной деятельности квалифицированных футболистов значительно превосходят аналогичные показатели игроков студенческих команд.

### Список литературы

1. Апухтин Б.Т. Техника футбола. – М. : Физкультура и спорт, 2017. – 98 с.
2. Врублевский Е.П., Лашкевич С.В., Шеренда С.В. Объем тренировочных нагрузок квалифицированных футболистов в подготовительном периоде // Игровые виды спорта: актуальные вопросы теории и практики : сб. науч. ст. II Междунар. науч.-практ. конф., посв. памяти ректора ВГИФК Владимира Ивановича Сысоева (23–24 октября 2019 г.) / редкол. : А.В. Сысоев [и др.]. – Воронеж : РИТМ, 2019. – С. 36–39.
3. Годик М.А., Колобов В.Н. Систематизация специализированных упражнений футболистов : метод. рекомендации для студентов спорт. фак. / ВШТ, фак. усовершенствования. – М., 2013. – 94 с.
4. Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Тренировка вратаря. – М. : РГАФК, 2016. – 205 с.

5. Костюкевич В.М., Врублевский Е.П. Модели тактики игры в футболе : моногр. – М. : Спорт, 2020. – 168 с.
6. Критерии соревновательной деятельности футболистов / С.В. Лашкевич, Е.П. Врублевский, Н.Б. Читайкина, Е.Д. Митусова // Теория и практика физической культуры. – 2021. – № 5. – С. 88–90.
7. Лашкевич С.В., Врублевский Е.П., Трафимович И.И. Методика оценки специальной силовой подготовленности квалифицированных футболистов // Физическое воспитание и спортивная тренировка. – 2021. – № 2 (36). – С. 36–45.

## СОДЕРЖАНИЕ

### СЕКЦИЯ «МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ, ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ»

<b>Аверина Е.В., Дмитриенко Н.А., Пирожков С.А.</b> Правовое обеспечение безопасности занятий физической культурой в образовательных учреждениях .....	6
<b>Александров И.Ю., Маркелов В.В., Хандриков В.П., Шестаков С.В.</b> Индивидуальные особенности защитного и совладающего поведения студентов-спортсменов.....	11
<b>Арзибаев К.О.</b> Анализ мотивов спортивной деятельности юных спортсменов.....	16
<b>Артегов П.Д., Лубышева Л.И.</b> Особенности обучения плаванию взрослых на основе андрагогического подхода.....	21
<b>Аснин Д.А., Врублевский Е.П.</b> Анализ соревновательной деятельности вратарей в футболе .....	25
<b>Белова Г.Б., Шаповалов Д.С.</b> Становление и перспективы развития джигитовки в Пермском крае .....	29
<b>Вакорина Е.И., Старкова Е.В.</b> Методические основы подготовки женщин молодого возраста к участию в массовых стайерских забегах .....	34
<b>Горская Г.Б.</b> Психологические особенности командного преодоления стресса .....	38
<b>Долгих Д.В.</b> Формы и технологии профессионального самоопределения обучающихся физкультурно-спортивного направления на примере социально-педагогического проекта «Проекции спортивных увлечений».....	42
<b>Жевлакова М.М., Старкова Е.В., Ключинская Т.Н.</b> Использование арт-технологии с элементами нейрографики в тренировочном процессе девочек 6–10 лет, занимающихся художественной гимнастикой .....	46
<b>Зверева Т.А., Горбунов С.С.</b> Определение предрасположенности к стрельбе у юных биатлонистов .....	50
<b>Зыкин М.А., Горбунов С.С.</b> Методика начального отбора вратарей в хоккее с шайбой .....	55
<b>Иванова В.И., Врублевский Е.П.</b> Медико-биологическое и психолого-педагогическое сопровождение спортсменов.....	60
<b>Ключинская Т.Н., Багрина К.П.</b> Развитие координационных способностей у детей 5–6 лет, занимающихся баскетболом .....	65
<b>Кузнецова О.Б.</b> Адаптация студентов-спортсменов к умственным нагрузкам стрессового характера .....	70

<b>Куликова А.А.</b> Воспитание морально-этических качеств в ребенке посредством спортивной деятельности .....	73
<b>Литвинцева А.А., Лапыгина О.В.</b> Травмопрофилактика в спорте: методы предотвращения и лечения спортивных травм .....	77
<b>Лихачёв Л.В., Новиков М.А.</b> Использование информационных технологий на уроках по физической культуре с учащимися подготовительной группы здоровья .....	80
<b>Макеенко Е.А., Коршунова О.В.</b> Психологические методы профилактики последствий негативного влияния стресс-факторов на вратарей 7–11 лет в хоккее с шайбой.....	83
<b>Ню Й.</b> Планирование подготовки физкультурных кадров для сферы физической культуры и спорта .....	87
<b>Паршакова М.Г.</b> Стресс в спортивной деятельности. Стресс и игровые виды спорта .....	91
<b>Расулов З.П., Нематова М.И.</b> Фасилитация как категория педагогики профессионального развития .....	97
<b>Рафиев Х.Т.</b> К вопросу подготовки высококвалифицированных спортсменов в Узбекистане.....	101
<b>Ромашко Ю.С., Горская Г.Б.</b> Гендерные особенности метакогнитивных умений спортсменов.....	106
<b>Сиротин А.Б., Матвеев К.В., Кузнецова О.Б.</b> Инновационная модель ученического стула – здоровьесберегающая школьная технология .....	111
<b>Сомкин А.А.</b> Ретроспективное исследование результатов на основных турнирах в 2023 «предолимпийском» году сильнейших гимнасток России и мира .....	114
<b>Степанов А.В.</b> Выявление технических приемов, используемых футбольными вратарями в тренировочной и соревновательной деятельности .....	120
<b>Фёдорова Т.А.</b> Использование оздоровительных технологий женщинами 60–70 лет .....	126
<b>Фёдорова Т.А., Пастухов И.В.</b> Оздоровительное значение забегов «5 верст».....	131
<b>Черепанов К.Н., Папалуца А.Д.</b> Совершенствование целевой точности броска у обучающихся 10–13 лет, занимающихся баскетболом .....	134
<b>Черепанов К.Н., Тихонов А.М.</b> Целеполагание в сфере физической культуры и интеллект .....	138
<b>Шипицин С.А., Долгих Р.А.</b> Всестороннее развитие спортсменов посредством досуговой деятельности (из опыта работы) .....	142

## **СЕКЦИЯ «ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ, РЕАБИЛИТАЦИОННАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ ДЛЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ»**

**Абызова Т.В., Пермякова О.С.**

Средства развития физических качеств детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития при начальном обучении плаванию ..... 148

**Акатова А.А., Волкова Т.А.**

Профилактика пневмонии у часто болеющих детей дошкольного возраста с использованием средств спортивной гимнастики ..... 152

**Закиров Р.М.**

Интеграция изменений правил дзюдо по подготовке дзюдоистов с ограниченными возможностями здоровья..... 159

**Закиров Р.М.**

Направления взаимодействия адаптивного дзюдо ..... 162

**Кустова Е.В., Фёдорова Т.А.**

Жестовый язык как средство развития понятийного аппарата и физической подготовленности обучающихся 9–12 лет с нарушением слуха ..... 165

**Шарова Л.В., Белокрылов Н.М.**

Определение физиологического состояния спортсменов и их коррекция биоинформационными методами..... 169

**Ширяев А.В., Панькова Е.В.**

Адаптивное и инклюзивное воспитание, перспективы и возможности ..... 173

## **СЕКЦИЯ «АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ И ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ СФЕРЫ ТУРИЗМА И ГОСТЕПРИИМСТВА»**

**Аникаева Е.Н., Шевырин С.А.**

Разработка активного тура «Пионерский» сплав по реке Чусовой ..... 177

**Петрова П.М., Старкова Е.В.**

Разработка дарк-тура «Тайны Молёбского треугольника» ..... 181

**Тайсина В.Р., Шевырин С.А.**

Разработка тура «В гости к коми-пермякам»..... 185

**Шевырин С.А.**

Из истории молодежного туризма в СССР ..... 188