

УДК 796.01

УРОВЕНЬ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ФУТБОЛИСТОВ СТУДЕНЧЕСКОЙ КОМАНДЫ

Я.А. Голик, 1 курс магистратуры

Научный руководитель – **Н.В. Коляда**, старший преподаватель
Полесский государственный университет

Футбол является одним из ведущих видов спорта, развиваемых в учреждениях образования. Об этом свидетельствует то, что в национальных чемпионатах страны (Республики Беларусь) регулярно принимают участие команды различных учреждений высшего образования.

Техническая подготовка в футболе строится как круглогодичный процесс и является составной частью спортивной подготовки футболистов. Технические приемы являются основным средством ведения игры в футбол. От степени владения футболистом всего многообразия технических приемов, эффективно применять их для решения конкретных задач в постоянно изменяющихся условиях игровой и соревновательной деятельности, при противодействии игроков команды соперника, а часто и при прогрессирующем накоплении усталости, во многом зависит возможность достижения наиболее высоких спортивных результатов.

Цель исследования: оценка современного состояния технической подготовки футболистов студенческой команды.

Для определения уровня технической подготовленности футболистов В. П. Губа и А. В. Лексаков использовали контрольные нормативы в виде следующих тестов [2, с. 481-482]: удары по воротам на точность; ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам; жонглирование мячом.

В учебной программе по футболу для специализированных учебно-спортивных учреждений и отделений развития молодежного футбола в структуре клубов по футболу, средних школ – училищ олимпийского резерва в Республике Беларусь для определения уровня технической подготовленности спортсменов выделили следующие тестовые испытания: ведение мяча 30 метров; ведение мяча с обводкой стоек; челночный бег с мячом 30 метров; удар ногой на дальность; жонглирование мячом; удары по мячу между стоп; вбрасывание мяча руками из аута; специальная игровая выносливость [3, с. 50-51].

Следует отметить, что в учебной программе отсутствует методика проведения вышеперечисленных нормативов, а также критерии оценивания уровня технической подготовленности. Предоставлены лишь минимальные показатели по каждому испытанию для различных возрастов.

Материалы и методы исследования. Нами были выбраны контрольные нормативы, указанные в программе Российского футбольного союза, благодаря которым возможно объективно определить уровень технической подготовленности футболистов студенческой команды.

Для определения уровня технической подготовленности футболистов проводилось тестирование, которое включало в себя 5 нормативов: ведение мяча, 10 метров; ведение мяча с изменением

направления, 10 метров; удар на точность; передачи; бросание мяча на дальность. Критерии определения представлены в таблице 1 [1, с. 95-97].

Таблица 1. – Критерии определения уровня технической подготовленности

Норматив	«отлично»	«хорошо»	«удовлетворительно»	«неудовлетворительно»
Ведение мяча, 10 м	1,80 с и быстрее	1,81-2,05 с	2,06-2,30 с	2,31 с и медленнее
Ведение мяча с изменением направления, 10 м	5,75 с и быстрее	5,76-6,00 с	6,01-6,25 с	6,26 с и медленнее
Удар на точность	6	5	4	3 и меньше
Передачи	6	5	4	3 и меньше
Бросание мяча на дальность	20 м и дальше	18-19 м	16-17 м	меньше 16 м

Тестирование проводилось на базе учреждения образования "Полесский государственный университет". В тестировании участвовали 26 студентов факультета организации здорового образа жизни, которые входят в состав сборной команды университета по футболу и принимают участие в различных соревнованиях областного и республиканского уровней.

Показатели технической подготовленности студентов Полесского государственного университета представлены в таблице 2.

Таблица 2. – Результаты тестирования

Норматив	«отлично»	«хорошо»	«удовлетворительно»	«неудовлетворительно»
Ведение мяча, 10 м	5 студентов 19,2%	12 студентов 46,2%	7 студентов 26,9%	2 студента 7,7%
Ведение мяча с изменением направления, 10 м	3 студента 11,5%	10 студентов 38,5%	9 студентов 34,6%	4 студента 15,4%
Удар на точность	4 студента 15,4%	8 студентов 30,8%	9 студентов 34,6%	5 студентов 19,2%
Передачи	6 студентов 23,1%	10 студентов 38,5%	9 студентов 34,6%	1 студент 3,8%
Бросание мяча на дальность	7 студентов 26,9%	11 студентов 42,3%	6 студентов 23,1%	2 студента 7,7%

Анализ результатов исследования свидетельствует о том, что 19,2% испытуемых студентов отлично владеют техническими приемами, 39,2% футболистов – "хорошо", 30,8% студентов показали удовлетворительный уровень технической подготовленности, а у 10,8% – неудовлетворительный.

Выводы: Результаты тестирования показывают, что уровень технической подготовленности футболистов в учреждениях образования достаточно разнообразен. Однако, проведенное исследование позволяет сделать вывод, что большинство испытуемых студентов технически оснащены хорошо и удовлетворительно.

Проведенное исследование технической подготовленности футболистов студенческой команды позволило получить комплексную оценку уровня владения базовыми техническими навыками. Теоретическая значимость работы заключается в расширении научных представлений о технической подготовленности футболистов и уточнении критериев оценки уровня владения техническими элементами в футболе.

Систематизация показателей технической подготовленности позволила создать надежную базу для дальнейших исследований в этой области. Практическая ценность исследования определяется возможностью непосредственного применения полученных результатов в тренировочном процессе. Основные достижения исследования включают комплексную оценку уровня технической под-

готовленности, выявление закономерностей в выполнении технических элементов и определение проблемных зон в подготовке спортсменов.

Полученные результаты могут служить основой для разработки программы совершенствования тренировочного процесса и повышения уровня подготовленности футболистов студенческих команд.

Список использованных источников

1. Годик, М. А. Футбол: типовая учебно-тренировочная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва ; под ред. М. А. Годика. Российский футбольный союз. – М. : Советский спорт, 2011. – 160 с.
2. Губа, В. П. Теория и методика футбола : учебник / В. П. Губа, А. В. Лексаков. – М. : Советский спорт, 2013. – 536 с.
3. Учебная программа по футболу для специализированных учебно-спортивных учреждений и отделений развития молодежного футбола в структуре клубов по футболу, средних школ – училищ олимпийского резерва в Республике Беларусь / сост. Д. Э. Касенок [и др.]. – Минск : БГУФК, 2022. – 73 с.