

УДК 796.01

СИСТЕМА ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ВРАТАРЕЙ

А.С. Матвеюк, аспирант

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

Изучение научно-методической литературы показывает, что вопросам подготовки вратарей в целом и юных голкиперов в частности уделяется недостаточное внимание по сравнению с подготовкой полевых игроков. Согласно исследованиям С.В. Голомазова и Б.Г. Чирвы, в тренировочном процессе детско-юношеских команд работе с вратарями отводится лишь 15-20% от общего времени занятий, что явно недостаточно для полноценного освоения специфических вратарских навыков [2, с. 217].

А.В. Акимов отмечает, что подготовка вратарей требует особого подхода, учитывающего специфику игрового амплуа и возрастные особенности юных спортсменов. Автор подчеркивает необходимость разработки специализированных методик, направленных на развитие координационных способностей, пространственно-временной ориентации и антиципации как ключевых компонентов успешной игры на выходе из ворот [1, с. 45].

Цель исследования: определение уровня технической подготовки вратарей на начальном этапе подготовки.

Материалы и методы исследования. Для оценки уровня технической подготовленности юных вратарей использовались следующие тестовые упражнения:

1. Тест «Выход на перехват верхового мяча» – оценивалась правильность выбора позиции, своевременность выхода, техника ловли мяча и возвращения в исходное положение.
2. Тест «Ловля мяча в падении» – оценивалась техника падения, надежность фиксации мяча и скорость возвращения в игровую позицию.
3. Тест «Выход один на один» – оценивалась правильность выбора позиции, своевременность выхода и эффективность действий при противодействии нападающему.
4. Тест «Игра на опережение» – оценивалась способность вратаря прогнозировать развитие игровой ситуации и своевременно выходить из ворот для перехвата мяча.

Важно отметить, что оценка проводилась тремя независимыми экспертами – тренерами по работе с вратарями, имеющими опыт подготовки юных спортсменов. Итоговая оценка по каждому критерию рассчитывалась как среднее арифметическое оценок всех экспертов, что позволило повысить объективность результатов тестирования.

Тренировочный процесс вратарей организован следующим образом: два раза в неделю проводятся специализированные тренировки с тренером вратарей, а в остальные дни вратари трениру-

ются в составе команды под руководством главного тренера. Продолжительность специализированных тренировок составляет 60-90 минут в зависимости от возраста спортсменов.

Рассмотрим распределение времени на различные компоненты подготовки вратарей в ДЮСШ «СЛУЦК-2024» в таблице 1.

Таблица 1. – Распределение времени на различные компоненты подготовки вратарей в ДЮСШ «СЛУЦК-2024» (% от общего времени специализированных тренировок)

Компонент подготовки	Группы начальной подготовки (10-11 лет)	Учебно-тренировочные группы (12-14 лет)	Группы спортивного совершенствования (15-17 лет)
Физическая подготовка	40	35	30
Техника ловли и отбивания мяча	35	30	25
Техника введения мяча в игру	15	15	20
Техника игры на выходе из ворот	5	15	20
Тактическая подготовка	5	5	5

Анализ данных таблицы показывает, что в существующей системе подготовки вратарей в ДЮСШ «СЛУЦК-2024» наблюдается дисбаланс в распределении времени на различные компоненты подготовки. Особенно это касается групп начальной подготовки, где технике игры на выходе из ворот уделяется всего 5% от общего времени специализированных тренировок. В учебно-тренировочных группах этот показатель увеличивается до 15%, но остается недостаточным для полноценного освоения данного сложного технического элемента.

Также следует отметить недостаточное внимание к тактической подготовке вратарей, которая играет важную роль в формировании умения принимать решения о выходе из ворот в различных игровых ситуациях. На тактическую подготовку отводится всего 5% времени во всех возрастных группах, что не позволяет в полной мере развить игровое мышление юных вратарей.

Для более детального анализа эффективности существующей методики обучения технике игры на выходе из ворот было проведено исходное тестирование уровня технической подготовленности юных вратарей контрольной и экспериментальной групп. Результаты тестирования представлены в таблице 2.

Таблица 2. – Результаты исходного тестирования уровня технической подготовленности юных вратарей (средний балл)

Тестовое упражнение	Контрольная группа	Экспериментальная группа	Разница
Выход на перехват верхового мяча	3,2	3,3	0,1
Ловля мяча в падении	2,9	3,0	0,1
Выход один на один	3,1	3,0	-0,1
Игра на опережение	2,8	2,7	-0,1
Средний балл	3,0	3,0	0,0

Анализ результатов исходного тестирования показывает, что уровень технической подготовленности юных вратарей контрольной и экспериментальной групп примерно одинаков, что свидетельствует о корректности формирования групп для проведения педагогического эксперимента. Средний балл по всем тестовым упражнениям составил 3,0, что соответствует среднему уровню владения техникой игры на выходе из ворот.

Наиболее низкие показатели наблюдаются в тестовых упражнениях «Ловля мяча в падении» и «Игра на опережение», что указывает на необходимость уделить особое внимание этим элементам при разработке экспериментальной методики обучения.

Анализ соревновательной деятельности юных вратарей ДЮСШ «СЛУЦК-2024» показал, что эффективность действий при выходе из ворот составляет в среднем 65%, что является недостаточным показателем для данного возраста. При этом наибольшее количество ошибок (около 70%) связано с неправильным выбором момента для выхода из ворот и неточной оценкой траектории полета мяча.

Выводы: Таким образом, анализ существующей системы подготовки вратарей в ДЮСШ «СЛУЦК-2024» выявил ряд недостатков, которые негативно влияют на эффективность обучения юных вратарей технике игры на выходе из ворот:

1. Недостаточное время, отводимое на обучение технике игры на выходе из ворот, особенно в группах начальной подготовки.
2. Дисбаланс в распределении времени на различные компоненты подготовки вратарей.
3. Преобладание аналитического подхода и недостаточное использование игрового метода.

Список использованных источников

1. Акимов, А.В. Специальная физическая подготовка вратарей в футболе / А.В. Акимов. – М.: Физкультура и спорт, 2010. – 128 с.
2. Голомазов, С.В. Теория и методика футбола. Техника игры / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 472 с.
3. Голомазов, С.В. Футбол. Теоретические основы совершенствования точности действий с мячом / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 100 с.