

НЕКОТОРЫЕ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНЫЕ ДАННЫЕ ПО РАЗВИТИЮ ПЕРИФЕРИЧЕСКОГО ЗРЕНИЯ У ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ 10-11 ЛЕТ

А.П. Саскевич, 2 курс

*Научный руководитель – Е.А. Масловский, д.п.н., профессор
Полесский государственный университет*

Актуальность. Жонглирование футбольным мячом является одним из самых сложных технических элементов индивидуальной техники игры в футбол, особенно в условиях силового противодействия с противником и тактического осмысления нахождения «своих» и «чужих» игроков в различных игровых «полевых» зонах футбольного поля с целью принятия верного решения для эффективного продолжения игры.

В этих условиях периферическое зрение (ПЗ) в отличие от центрального зрения (ЦЗ) выступает в качестве стимулирующего фактора концентрации внимания и двигательной ориентации в пространстве игрового поля (1,2,3).

Целью работы является определение частоты жонглирования мячом как важного элемента технического мастерства (одной, двумя или тремя частями тела за одну минуту) в обычных (с участием ЦЗ) и усложненных (с подключением ПЗ) условиях у юных футболистов 10-11 лет на этапе начальной спортивной специализации.

Задачи работы: **1.** Определить частоту жонглирования мячом (одной, двумя или тремя частями тела за одну минуту), а именно: 1) головой; 2) коленом; 3) стопой; 4) связка: стопа + грудь; 5) связка: голова + плечо; 6) связка: стопа + колено; 7) связка: стопа + голова; 8) связка: голова + колено; 9) связка: стопа + голова + грудь; 10) связка: голова + колено + стопа; 11) то же, но в обратной последовательности: связка: стопа + колено + голова. в обычных условиях (с участием только ЦЗ) у юных футболистов 10-11 лет; **2.** Та же задача, но в усложненных условиях (с участием одновременно ЦЗ и ПЗ); **3.** Дать сравнительный анализ индивидуальных значений двух вариантов жонглирования (обычного и усложненного) с последующей градацией на уровни развития (высокий, средний и низкий) координационных способностей.

Методы и организация исследования: анализ научно-методической литературы; лабораторный эксперимент; интервью-анкетирование тренера. В исследованиях приняло участие 25 юных футболистов 10-11 лет, тренирующихся в «Центре физической подготовки и спорта» Полесского государственного университета (тренер Беленко В.А.). Задание заключалось в следующем. Участники лабораторного эксперимента выполняли последовательно 11 вариантов жонглирования мячом. По команде тренера справа от игрока (на расстоянии 20 метров по линии «аута») помощником показывалась произвольно цифра (от 1 до 9) на одну секунду с криком

«Цифра !». Игрок запоминал эту цифру. Если цифра была названа неправильно, то из набранной суммы теста высчитывалось «число 2» и фиксировалась ошибка.

Результаты исследования представлены в таблицах 1 и 2. В соответствии с **решением первой и третьей задач наивысшие показатели в частоте жонглирования** футбольным мячом юными футболистами были достигнуты в упражнениях: головой (до 40-43 касаний) и коленом (до 38-42); В жонглировании попеременно двумя частями тела наилучшие показатели отмечены в связках: стопа + колено (до 25-27) и стопа + грудь (до 24-26). В жонглировании попеременно тремя частями тела наилучшие показатели отмечены в связках: голова + колено + стопа (до 16-18) и в обратной последовательности – стопа + колено + голова (до 15-17). **Наихудшие показатели** в частоте жонглирования имели место: головой (до 27-29 касаний), головой + плечом (до 8-10), стопой + головой (до 14-17) и головой + коленом (до 11-14); стопой + головой + грудью (до 14-16). Исходя из индивидуальных показателей частоты жонглирования мячом, верхних и нижних границ достижений в одиннадцати упражнениях, была определена градация уровня развития координационных способностей в формате частоты жонглирования мячом разными частями тела, как в одиночных движениях, так и в двойных и тройных связках (таблица 1).

Данные показатели явились своеобразными модельными количественными характеристиками в оценке индивидуального мастерства жонглирования мячом в рамках градационной шкалы уровня их проявления: высокий, средний и низкий. Тренеру и юным футболистам предложены конкретные ориентиры для оценки индивидуального мастерства в жонглировании мячом и его дальнейшего повышения (таблица 1).

Таблица 1 – Градационная шкала оценки уровня развития координационных способностей в частоте жонглирования футбольным мячом (количество касаний частями тела) за одну минуту в обычных условиях (с участием только ЦЗ)

№ п/п	Наименование упражнения	Уровни развития		
		Высокий	Средний	Низкий
1.	Голова	27-29	25-26	24 и ниже
2.	Колено	32-42	31	30 и ниже
3.	Стопа	42-43	40-41	39 и ниже
4.	Связка: стопа + грудь	23-26	21-22	20 и ниже
5.	Связка: голова + плечо	10	9	8 и ниже
6.	Связка: стопа + колено	25-27	23-24	22 и ниже
7.	Связка: стопа + голова	15-17	13-14	12 и ниже
8.	Связка: голова + колено	13-14	11-13	10 и ниже
9.	Связка: стопа + голова + грудь	14-16	12-13	11 и ниже
10.	Связка: голова + колено + стопа	16-18	14-15	13 и ниже
11.	Связка: стопа + колено + голова	15-17	13-14	12 и ниже

Сравнивая индивидуальные показатели частоты жонглирования юных футболистов с градационной школой оценки уровня развития координационных способностей, приходим к заключению, что подростки практически в равной степени разделяются на три подгруппы: 1 группа – с высоким уровнем, которая составила 32,3% из обследованных; 2 группа – со средним уровнем, которая составила 38,5% и 3 группа – с низким уровнем, которая составила 29,2%. Очевидно заметное преобладание 2 группы со средним уровнем развития координационных способностей в жонглировании мячом. **В группе с низким уровнем КС в каждом из упражнений выделяются 2-3 юных спортсмена, у которых существенные пробелы в овладении навыками жонглирования мячом** (таблица 1): 1 упражнение – 3 человека (16,19 и 20 касаний); 2 упражнение – 2 человека (17 и 23); 3 упражнение – 1 человек (29); 4 упражнение – 2 человека (16 и 19); 5 упражнение – 1 человек (6); 6 упражнение – 3 человека (16, 20 и 21); 7 упражнение – 3 человека (9,10 и 11); 8 упражнение – 3 человека (6,8 и 9); 9 упражнение – 2 человека (9 и 10); 10 упражнение – 2 человека (10 и 11); 11 упражнение – 1 человек (11).

В соответствии с **решением второй и третьей задач в усложненных условиях** (с подключением одновременно ЦЗ и ПЗ) индивидуальные значения всех без исключения тестовых показателей жонглирования по сравнению с обычными условиями существенно понизились (таблица 2).

Таблица 2 – Градационная шкала оценки уровня развития координационных способностей в частоте жонглирования футбольным мячом (количество касаний частями тела) за одну минуту в усложненных условиях (с подключением одновременно ЦЗ и ПЗ)

№ п/п	Наименование упражнения	Уровни развития		
		Высокий	Средний	Низкий
1.	Голова	25-26	23-24	22 и ниже
2.	Колено	30-36	28-30	27 и ниже
3.	Стопа	39-41	37-38	36 и ниже
4.	Связка: стопа + грудь	21-23	18-20	17 и ниже
5.	Связка: голова + плечо	9	8	7 и ниже
6.	Связка: стопа + колено	22-25	20-21	19 и ниже
7.	Связка: стопа + голова	13-15	11-12	10 и ниже
8.	Связка: голова + колено	11-12	9-10	8 и ниже
9.	Связка: стопа + голова + грудь	12-14	10-11	9 и ниже
10.	Связка: голова + колено + стопа	14-16	12-13	11 и ниже
11.	Связка: стопа + колено + голова	13-15	11-12	10 и ниже

Заключение. Сравнительный анализ данных таблиц 1 и 2 показал, что задания для юных футболистов с подключением ПЗ являются сложно выполнимыми. Такие задания надо включать в учебно-тренировочные занятия на постоянной основе. В результате интервьюирования тренера было сделано заключение о том, что те юные футболисты, которые выполняли лучше второе тестовое задание (в усложненных условиях) оказались и лучше в игровой обстановке с позиции уровня технико-тактического мастерства (92%).

Список использованных источников

1. Зинченко Т. П. Большой психологический словарь [Электрон. ресурс]. Режим доступа: <http://www.psyhodic.ru/pe-pi/perifericheskoe-zrenie.html>.
2. Золотарева М. М. Глазные болезни [Электрон. ресурс]. Режим доступа: <http://medbookaide.ru/books/fold9001/book1106/p3.php>. Дата доступа: 15.03.2009.
3. Мацудайра Ясутака, Анатолий Эйнгорн. Так побеждать [Электрон. ресурс]. Режим доступа: http://def.kondopoga.ru/2006/06/05/bokovoe_perifericheskoe_zrenie_i_ego_rol_v_taktike_igry.html. Дата доступа: 05.06.