

ПУТИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ВЗАИМОСВЯЗИ ФИЗИЧЕСКОЙ И ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ

А.П. Саскевич, 4 курс

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

Актуальность. В настоящее время в педагогических исследованиях физической подготовки все активнее проявляют себя ведущие тенденции модернизации и совершенствования педагогического процесса. На современном этапе назрела задача по выявлению связи физического развития детей в режиме специальной физической подготовки (СФП) и технических действий (ТД) в процессе тренировок [1].

Цель – Научно обосновать эффективные пути совершенствования взаимосвязи физической и технической подготовленности юных футболистов на этапе начальной спортивной специализации.

Задачи: 1 – Оценить уровень физической и технической подготовленности исследуемых; 2 – Определить взаимосвязь между показателями физической и технической подготовленности (на основе корреляционного анализа).

Методы исследования: анализ и обобщение научной и методической литературы; педагогическое наблюдение; педагогический эксперимент; тестирование физической и технической подготовленности; методы математической статистики.

Организация исследования. Исследование проводилось в четыре этапа на базе ЦФК и С Полесского государственного университета (ПолесГУ) и СДЮШОР–3 (г.Пинск) в период с апреля 2010 по апрель 2012 гг. Были созданы 2 блока упражнений: блок «А» - упражнения ОФП и СФП: 1 - прыжок в длину с места; 2 - бег 300 м.; 3 - подтягивание в висе на перекладине; 4 - бег 15 м.; 5 - челночный бег 3x10; 6 - бег по ломанной; 7 - челночное ведение мяча 30 м.; 8 - бег 60 м.; 9 - подъем туловища на наклонной скамье из положения лёжа 30 сек.; блок «Б» - упражнения ТД: 1 -

жонглирование; 2 - удары на дальность; 3 - ведение мяча 30 м.; 4 - челночный бег 3x10; 5 - жонглирование (периферическое зрение (ПЗ)); 6 - удары по воротам (ПЗ); 7 - спринт - бег трусцой – спринт 50 м.; 8 - ведение мяча между флажками на скорость 15 м.; 9 - маятник. Участники исследования: дети, занимающиеся в секции футбола на базе ЦФК и С ПолесГУ (ЭГ n=29), а так же на базе СДЮШОР-3 (г. Пинск) (КГ n=29). В исследовании приняло участие 58 детей.

Результаты исследования. Обработка исходных данных (апрель 2010 года), отражающих уровень ОФП и СФП юных футболистов ЭГ и КГ, не выявила существенных различий между испытуемыми, следовательно, ЭГ и КГ были равнозначны. Полученные результаты оказались на статистически не достоверном уровне ($P>0,05$). В конце тренировочного года (апрель 2011г.) был проведен итоговый контрольный срез. Показатели ОФП и СФП испытуемых между ЭГ и КГ в конце формирующего педагогического эксперимента оказались гораздо лучше начального уровня: в семи упражнениях из девяти предложенных наблюдалась положительная динамика ($P<0,05$ - $P<0,001$). В двух упражнениях, положительной динамики не наблюдалось ($P>0,05$).

Значимые различия результатов исходного и итогового тестирования ОФП и СФП у испытуемых КГ выявились только по четырем показателям из девяти: «Бег 300 м.», «Бег 15 м.», «Бег по ломанной» - ($P<0,001$). В упражнении «Челночный бег 3x10 м.» достоверность составила $P<0,05$. Все же остальные упражнения остались на прежнем статистически не достоверном уровне при $P>0,05$. Значимые различия результатов исходного и итогового тестирования испытуемых ЭГ выявлены по семи действиям из девяти ($P<0,001$). За счет специальных упражнений комплексного воздействия, включенных в состав комбинаций, в ЭГ результаты приблизились к максимально возможному уровню ($P<0,01$) «Бег 300 м.» и «Подтягивание в висе на перекладине» ($P<0,05$).

Во втором году (апрель 2011 – 2012 гг.), при исходном тестировании ТД испытуемых в начале формирующего педагогического эксперимента, при сравнении ЭГ с КГ, все показатели оказались на статистически не достоверном уровне ($P>0,05$), что свидетельствовало об однородности среди ЭГ и КГ при выполнении упражнений технической направленности. При сравнении результатов ТД, на завершающем этапе, замечена положительная динамика использования упражнений в процессе тренировок во всех показателях. Сопоставление ТД испытуемых между ЭГ и КГ в конце исследования оказались на статистически достоверном уровне ($P<0,01$ - $P<0,001$). При этом, только в одном действии, достоверность различий составила $P<0,05$.

Сравнение результатов тестирования исходного и итогового уровня ТД у КГ показало положительную динамику. Значимые изменения выявлены в трех упражнениях $P<0,001$ и двух упражнениях $P<0,05$. Остальные шесть оказались на статистически не достоверном уровне ($P>0,05$). Сравнение результатов ТД в ЭГ оказались на статистически достоверном уровне. Шесть из девяти упражнений $P<0,001$, а оставшиеся три упражнения с достоверностью $P<0,01$.

В ходе исследования вычислялись коэффициенты корреляции между показателями ОФП и СФП

Таблица 1 – Корреляционная взаимосвязь упражнений ОФП и СФП

Упражнения группы «А»	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1									
2	- 0,45								
3	0,31	- 0,25							
4	0,11	- 0,04	0,36						
5	- 0,25	- 0,01	- 0,25	- 0,04					
6	0,12	- 0,08	0,12	0,43	0,38				
7	0,03	0,06	0,11	0,06	0,24	0,24			
8	- 0,05	0,38	0,06	0,49	0,03	0,51	0,15		
9	0,22	0,06	0,06	- 0,20	- 0,04	- 0,07	- 0,08	- 0,12	

Результаты корреляционного анализа свидетельствуют о том, что максимальное количество высоких и средних связей выявлено между показателями выполнения ТД с показателями в тех тестах, где основные физические качества выступают по своему преимущественному воздействию в комплексной форме как «координация», «силовые упражнения», «скоростно-силовые упражнения» и т. д. При этом, анализ показал, что координационные способности тесно связаны с

двигательными качествами и их комплексными формами проявления - в зависимости от специфики выполняемого ТД.

Второй корреляционный анализ был направлен на выявление взаимосвязей упражнений ОФП и СФП с уровнем выполнения ТД. Как представлено в таблице 2, построенной на основании корреляционной матрицы, результаты выполнения тестов, используемых в тренировочном процессе ЭГ, связаны с ТД неоднозначно, теснота связей различна.

Таблица 2 - Коэффициенты корреляции упражнений ОФП и СФП с ТД владения мячом у ЭГ

Упражнения по блокам									
блок «Б»	блок «А»								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	0,26	- 0,15	0,40	0,16	- 0,22	0,09	0,38	0,17	- 0,08
2	0,34	- 0,36	0,34	0,13	0,30	0,11	- 0,06	0,25	- 0,23
3	- 0,31	0,48	- 0,21	- 0,8	- 0,27	- 0,36	- 0,18	0,37	0,19
4	- 0,36	- 0,47	- 0,25	- 0,35	0,11	0,12	0,24	0,26	0,07
5	0,07	- 0,36	0,36	0,11	- 0,15	0,14	0,36	0,15	- 0,05
6	0,10	- 0,58	0,24	0,04	0,14	0,09	0,01	0,01	- 0,09
7	0,36	0,16	0,05	0,05	- 0,13	0,06	0,22	- 0,11	0,12
8	0,01	-0,03	0,19	- 0,05	- 0,01	0,19	0,38	0,11	0,04
9	0,03	-0,01	0,13	0,14	0,09	0,08	- 0,25	- 0,03	0,25

Результаты корреляционного анализа подтвердили, что многие используемые в практике обучения упражнения программы не имеют достоверных связей с качеством выполнения ТД. Как мы наблюдаем, высоких связей во взаимодействиях между упражнениями не наблюдается.

Заключение. По окончании 2-х годичного педагогического эксперимента, разница между показателями ЭГ и КГ оказалась существенной. Почти во всех показателях ЭГ превосходила КГ, достоверность различий составляла $P < 0,001$ против $P < 0,05$ или в лучшем случае $P < 0,01$.

В результате корреляционного анализа показано, что «ловкость», «силовые упражнения», «скоростно-силовые упражнения» и специфические проявления координационных способностей - точность и сохранение равновесия являются **значимыми физическими качествами** юных спортсменов.

Список использованных источников

1. Саскевич, А.П. Комплексы специально-подготовительных упражнений для обучения технике игры в футбол с подключением периферического зрения на этапе начальной спортивной специализации: практические рекомендации / А.П. Саскевич. – Пинск: ПолесГУ, 2012. – 14 с.