

– С. 271–275.

2. Колесников В.Ю. Формирование потребности личности в занятиях физической культурой и спортом / В.Ю. Колесников // ЦИТИСЭ. – 2016. – № 3 (7). – С. 25–30.

3. Организация спортивно-оздоровительной деятельности в процессе физкультурного образования студентов высших учебных заведений / И.П. Тарасенко, А.А. Марченко, А.К. Белов, Ю.А. Филиппов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2019. – № 6. – С. 64–66.

4. Роль физической культуры и спорта в жизни студента вуза / И.Ф. Ибрагимов, С.В. Абзалова, А.И. Муртазина, А.Г. Коржева // Глобальный научный потенциал. – 2018. – № 4 (85). – С. 10–13.

5. Повышение работоспособности обучающихся средствами физического воспитания / А.В. Малыхин, С.М. Струганов, Д.А. Гаврилов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 9 (175). – С. 178–183.

REFERENCES

1. Starodubtsev, M.P. (2017), “Competence-based approach to the implementation of students' independent work”, *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgaft*, No. 12 (154), pp. 271–275.

2. Kolesnikov, V.Yu. (2016), “Formation of the individual's need for physical culture and sports”, *CITISE*, No. 3 (7), pp. 25–30.

3. Tarasenko, I.R., Marchenko, A.A., Belov, A.K. and Filippov, Yu.A. (2019), “Organization of sports and health-improving activities in the process of physical education of students of higher educational institutions”, *Physical culture: upbringing, education, training*, No. 6, pp. 64–66.

4. Ibragimov, I.F., Abzalova, S.V., Murtazina, A.I. and Korzheva, A.G. (2018), “The role of physical culture and sport in the life of a university student”, *Global Scientific Potential*, No. 4 (85), pp. 10–13.

5. Malykhin, A.V., Struganov, S.M., Gavrilov, D.A. and Otev, D.P. (2019), “Improving the working capacity of students by means of physical education”, *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgaft*, No. 9 (175), pp. 178–183.

Контактная информация: zata-70@mail.ru

Статья поступила в редакцию 18.06.2023

УДК 796.332.015-053.4

ОБЩАЯ И СПЕЦИАЛЬНАЯ КООРДИНАЦИОННАЯ ПОДГОТОВКА ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ФУТБОЛЕ И МИНИ-ФУТБОЛЕ

Олег Николаевич Иванов, кандидат педагогических наук, доцент, Московская государственная академия физической культуры, Малаховка; Дмитрий Глебович Печеник, тренер, спортивный клуб «Црвена Звезда», Белград, Сербия

Аннотация

Работа посвящена экспериментальному обоснованию методики начального обучения детей младшего школьного возраста двигательным умениям с использованием упражнений координационной направленности на развитие точностных действий в футболе и мини-футболе. Эксперимент, проведенный в спортивном клубе на базе одной из общеобразовательных школ Московской области, доказал эффективность предложенной методики.

Ключевые слова: дети, физкультурно-оздоровительная программа, футбол, точностные действия, координационные способности.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.06.p146-152

GENERAL AND SPECIAL COORDINATION TRAINING OF PRIMARY SCHOOL CHILDREN IN FOOTBALL AND MINI-FOOTBALL

Oleg Nikolaevich Ivanov, candidate of pedagogical sciences, docent, Moscow State Academy of Physical Culture, Malakhovka; Dmitry Glebovich Pechenik, coach, sports club “Crvena Zvezda”, Belgrade, Serbia

Abstract

The work is devoted to the experimental substantiation of the methodology of primary education of primary school-age children in motor skills using coordination exercises aimed at the development of precision actions in football and mini-football. An experiment conducted in a sports club on the basis of one of the secondary schools of the Moscow region proved the effectiveness of the proposed methodology.

Keywords: children, sports and recreation program, football, precision actions, coordination abilities.

ВВЕДЕНИЕ

На уроки физкультуры в начальных классах дети приходят абсолютно разные: одни не дотягивают до гармоничного физического развития, а другие с удовольствием занимаются физическими упражнениями и становятся быстрыми, ловкими, «забывая» по своим показателям отстающих [2].

Наша экспериментальная блочная физкультурно-оздоровительная программа «Добрый» рассчитана на работу с детьми 7 лет. Специфической чертой программы является блочное выполнение одних и тех же комплексов упражнений в строго регламентированной последовательности, с едиными требованиями к выполнению этих упражнений [3, 7].

Перед началом эксперимента мы провели тестирование общей физической подготовки мальчиков возрастной группы 7 лет, после чего разделили детей на контрольную и экспериментальную группы по 10 человек в каждой.

На основе результатов данного тестирования мы составили рассчитанную на 1 год специальную блочную программу для формирования двигательных умений с использованием упражнений координационной направленности для развития точностных действий с элементами подвижных игр, а также футбола и мини-футбола [1, 6].

В ходе конечного эксперимента в течение года мы использовали в учебно-тренировочном процессе упражнения координационной направленности для развития точностных умений в футболе и мини-футболе [3, 5].

Гипотеза исследования: предполагается, что применение нашей блочной программы для общей и специальной координационной подготовки сформирует качества, необходимые для освоения доступных двигательных умений и точностных действий в футболе и мини-футболе.

Цель исследования: разработка и экспериментальное обоснование блочной программы общей и специальной координационной подготовки детей дошкольного и младшего школьного возраста для формирования двигательных умений и точностных действий в футболе и мини-футболе.

Объект исследования: общее физическое развитие детей младшего школьного возраста с использованием упражнений координационной направленности для формирования двигательных умений и точностных действий, необходимых для игры в футбол и мини-футбол [2].

Предмет исследования: общая физическая и специальная координационная подготовка детей в младшем школьном возрасте с элементами футбола и мини-футбола.

Задачи исследования:

1. Разработать и экспериментально обосновать программу общей физической и специальной координационной подготовки детей младшего школьного возраста для развития двигательных умений и точностных действий в футболе и мини-футболе и провести педагогический эксперимент с применением данной программы, разделив детей на экспериментальную (ЭГ) и контрольную (КГ) группы (n=10).

2. По истечении года обучения по нашей программе провести тестирование детей по общей и специальной координационной подготовке и точностным действиям.

МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Педагогический эксперимент, проведенный на базе одной из общеобразовательных школ Подмосковья, основан на применении блоков упражнений общей и специальной

координационной подготовки и точностных действий [4].

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Мы разделили занимающихся детей (в количестве 20 человек) на экспериментальную (ЭГ) и контрольную (КГ) группы по 10 человек в каждой.

Еженедельно в течение года для детей 7 лет из ЭГ проводились блоки учебно-тренировочных занятий с использованием упражнений координационной направленности для развития двигательных умений и точностных действий с элементами подвижных игр, а также футбола и мини-футбола. Продолжительность занятий на координацию составляла 15–20 минут в общей тренировке.

После блока координационных упражнений в программу включались упражнения по формированию умений техники футбола (жонглирование, остановка мяча, ведение, передача и удар по мячу, обучение элементарным обманным движениям). Мы также использовали в учебно-тренировочном процессе блоки упражнений в режиме круговой тренировки для развития координационных способностей и обучения технике футбола и мини-футбола с акцентом на развитие точностных действий (рисунок):

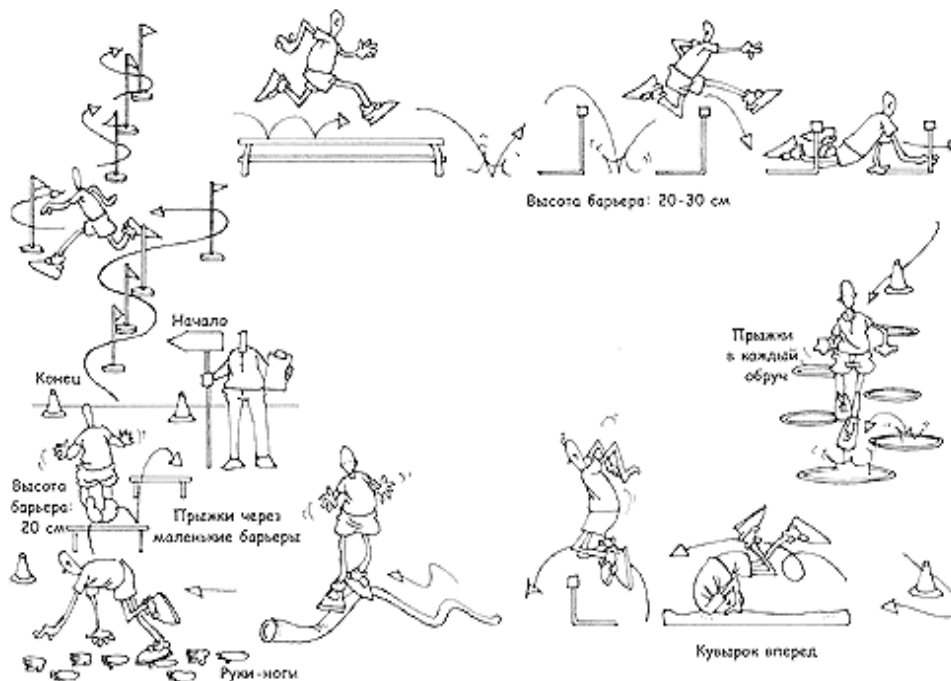


Рисунок – Упражнения выполняются поточным методом, тренер обращает внимание на координационно-правильное выполнение двигательных действий на каждой станции.

Применительно к футболу занимающийся проходит четыре стадии своего развития:

1. «МЯЧ».
2. «МЯЧ + ВОРОТА».
3. «МЯЧ + ВОРОТА + СОПЕРНИК».
4. «МЯЧ + ВОРОТА + СОПЕРНИК + ПАРТНЕР».

С учетом этого в нашей программе «Добрыня» использовались элементы начального обучения технике футбола, куда включались подвижные игры, упражнения на специальной беговой лестнице на координацию и частоту работы ног, акробатические упражнения, упражнения на равновесие на гимнастическом бревне, в меткости бросания и точности приема мяча [1].

В течение эксперимента в ЭГ применялась программа, которая включала упражнения на общую и специальную координационную подготовку и точностные действия:

- «цапля» (удержание равновесия на доминантной и субдоминантной ноге);
- акробатическая подготовка;
- координация (две попытки);
- жонглирование мячом (кол-во раз);
- ведение мяча прямым подъемом (две попытки, не менее трех касаний). остановка мяча подошвой на финише;
- обводка (любым способом), 2 попытки (финиш с пробеганием);
- удар: носком или прямым подъемом (три попытки);
- передача мяча с 3 м с отскоком от стены за 30 сек;
- удар на точность;
- реакция на движущийся объект (мс), точность двигательной реакции. обследуемому предлагается в 10 попытках остановить бегущую стрелку на 3 основных микроинтервалах времени: малый – 300 миллисекунд; средний – 500 миллисекунд; большой – 800 миллисекунд. высчитывается точность рдо в миллисекундах, а также качество рдо, т. е. то, как среагировал ребенок в большинстве попыток. оборудование: электронный секундомер;
- удар по мячу в ворота.

Для определения уровня подготовленности детей до и после педагогического эксперимента в КГ и ЭГ (n=10) после года обучения было проведено контрольное тестирование:

Таблица – Тесты контрольных измерений в см и баллах

№	Тесты		7 лет								Р
			ЭГ		КГ		ЭГ		КГ		
			До эксперимента (баллы*)				После эксперим. (баллы*)				
1	«Цапля» (удержание равновесия на доминантной и субдоминантной ноге)	Стойка на одной ноге, глаза закрыты; важно длительно сохранять равновесие	Прав. нога 20,08± 2,8	Левая нога 13,4± 1,7	Прав. нога 42,28± 3,1	Левая нога 31,5± 1,6	Прав. нога 21,0± 2,9	Левая нога 12,8± 1,9	Прав. нога 30,13± 3,2	Левая нога 20,13± 1,3	<0,05
2	Акробатическая подготовка	Два переворота, два кувырка вперед (качество)	3		3		5		3		<0,05
3	Координация (две попытки)	На старте дистанции 5 м взять сразу два мяча и быстро перенести на финиш	3		3		4		3		<0,05
		Три мяча на дистанции 10 м	3		3		4		3		
4	Жонглирование мячом (кол-во раз)	Жонглирование мячом с ударом об поверхность	4		4		7		5		<0,05
5	Ведение мяча прямым подъемом (две попытки, не менее трех касаний). Остановка мяча подошвой на финише	10 м	3		3		4		3		<0,05
6	Обводка (любимым способом), 2 попытки (финиш с пробеганием)	Три стойки на 5 м	3		3		5		3		<0,05
		Четыре стойки на 10 м	2		4		2		2		
7	Удар: носком или прямым подъемом (три попытки)	С 5 м попасть в корзину	2		2		3		2		
		С 10 м попасть в корзину	1		1		2		1		

№	Тесты	7 лет								Р
		ЭГ		КГ		ЭГ		КГ		
		До эксперимента (баллы*)				После эксперим. (баллы*)				
8	Передача мяча с 3 м с отскоком от стены за 30 сек	8		6		12		7		<0,05
9	Удар на точность	2		2		4		3		<0,05
	Учитывается общее количество очков, набранных после точных попаданий в ворота. Например, 9 попыток: по 3 удара на каждые ворота, за которые начисляется разное количество очков									
10	Реакция на движущийся объект (мс)	6,06±0,8		2,53±0,52		5,58±0,6		5,01±0,64		<0,05
11	Удар по мячу в ворота, %	Прав. нога	Левая нога	Прав. нога	Левая нога	Прав. нога	Левая нога	Прав. нога	Левая нога	<0,05
		27,9±0,2	15,7±0,3	69,9±0,1	29,3±0,1	29,4±0,2	18,6±0,4	35,4±0,3	23,6±0,2	

Таким образом, по окончании педагогического эксперимента было доказано, что применение нашей блочной программы «Добрыня», заложив основу для формирования широкого координационного базиса двигательных действий, позволяет освоить доступные технико-точные умения (приемы) игры в футбол и мини-футбол. Что показали результаты нашего исследования:

1. «Цапля» (удержание равновесия на доминантной и субдоминантной ноге). Результаты ЭГ до эксперимента: правая нога – 20,08±2,8, левая нога – 13,4±1,7; после эксперимента: правая нога 21,0±2,9 (улучшение на 0,92 сек.), левая нога 12,8±1,9 (улучшение 0,6 сек.); до эксперимента результаты КГ: правая нога 42,3±3,1, левая нога 31,5±1,6; после эксперимента – правая нога 30,13±3,2 (ухудшение 12,17 сек.), левая нога 20,13±1,3 (ухудшение 11,4 сек.).

2. Акробатическая подготовка (два переворота, два кувырка вперед (качество): до эксперимента у ЭГ – 3 балла, КГ – 3 балла, после эксперимента ЭГ – 5 баллов, КГ – 3 балла (результат в ЭГ улучшился на 2 балла, в КГ – без изменений).

3. Координация (две попытки). В первом и втором тестах результат у ЭГ улучшился на 1 балл, а в КГ – без изменений.

4. Жонглирование мячом (кол-во раз): в ЭГ результат после эксперимента улучшился на 3 касания, а в КГ – на 1 касание.

5. Ведение мяча прямым подъемом (две попытки, не менее трех касаний). В КГ результат улучшился на 1 балл, в КГ остался без изменений.

6. Обводка (любым способом), 2 попытки (финиш с пробеганием). Три стойки на 5 м, четыре стойки 10 м. Результат у ЭГ улучшился в 1-й попытке на 2 балла, во второй попытке – тоже на 2 балла. У КГ – без изменений.

7. Удар: носком или прямым подъемом (три попытки). В ЭГ результат в 1-й и 2-й попытке улучшился на 1 балл, в КГ остался без изменений.

8. Передача мяча с 3 м с отскоком от стены за 30 сек. В ЭГ результат улучшился на 4 передачи, а в КГ – на 1 передачу.

9. Удар на точность. Результат у ЭГ улучшился после эксперимента на 2 удара, а в КГ – на 1 удар.

10. Реакция на движущийся объект (мс). До эксперимента у ЭГ 6,06±0,8, у КГ 5,58±0,6. После эксперимента у ЭГ 2,53±0,52 (улучшение 3,5 сек.), у КГ 5,01±0,64 (улучшение на 0,6 мс).

11. Удар по мячу в ворота (%). До эксперимента у ЭГ результаты: правая нога $27,9 \pm 0,2$, левая нога $15,7 \pm 0,3$; у КГ левая нога $69,9 \pm 0,1$, правая нога $29,3 \pm 0,1$; после эксперимента у ЭГ результаты: правая нога $29,4 \pm 0,2$ (улучшение на 2,5%), левая нога $18,6 \pm 0,4$ (улучшение на 3,1%); у КГ результаты несколько неожиданные: правая нога $35,4 \pm 0,3$ (улучшение 34,5%), левая нога $23,6 \pm 0,2$ (улучшение 5,8%).

ВЫВОДЫ

1. Была разработана экспериментальная блочная программа для детей 7 лет «Добрыня». Специфической чертой программы является блочное выполнение одних и тех же комплексов упражнений в строго регламентированной последовательности, с едиными требованиями к выполнению этих упражнений. Перед началом эксперимента мы провели тестирование общей физической подготовки детей, после чего разделили их на контрольную и экспериментальную группы по 10 человек в каждой. На основе результатов тестирования мы составили рассчитанную на 1 год специальную блочную программу для формирования двигательных умений с использованием упражнений координационной направленности для развития точностных действий с элементами подвижных игр, а также футбола и мини-футбола.

2. После годичного педагогического эксперимента, в котором экспериментальная группа занималась по нашей программе, показатели качественного выполнения упражнений в ЭГ значительно улучшились. В частности, в тесте «Цапля» (удержание равновесия на доминантной и субдоминантной ноге) результаты в КГ даже ухудшились (правая нога – на 12 сек., левая нога – на 11 сек.). В тесте «Удар по мячу в ворота» в процентном отношении в КГ значительное улучшение (правая нога – 34,5%, левая – 5,8%), что говорит о неоднозначности формирования двигательных умений у детей младшего школьного возраста.

Следовательно, применение нашей программы в младшем школьном возрасте способствует успешному развитию специальных координационных качеств и точностных умений в футболе и мини-футболе.

Таким образом, данную программу «Добрыня» можно рекомендовать для применения в спортивных школах на начальных этапах подготовки по футболу и мини-футболу.

ЛИТЕРАТУРА

1. Голомазов С.В. Кинезиология точностных действий человека / С.В. Голомазов. – Москва : СпортАкадемПресс, 2003. – 228 с.
2. Губа В.П. Основы распознавания раннего спортивного таланта : учебное пособие для высших учебных заведений физической культуры / В.П. Губа. – Москва : Терра-Спорт, 2003. – 208 с.
3. Кравчук А.И. Комплексное физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста (состояние и перспективы) / А.И. Кравчук // Физическая культура, воспитание, образование, тренировка. – 2007. – № 4. - С. 26–31.
4. Лях В.И. Сенситивные периоды развития координационных способностей детей в школьном возрасте / В.И. Лях // Теория и практика физической культуры. – 1990. – № 3. – С. 15–19.
5. Матвеев А.П. Теория и методика физической культуры / А.П. Матвеев. – Москва : Физкультура и спорт, 1991. – 376 с.
6. Правдов М.А. Влияние занятий на основе использования элементов игры в футбол на развитие координационных способностей у детей 5–7 лет / М.А. Правдов, Ю.Н. Ермакова, Д.М. Правдов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2010. – № 5 (63). – С. 83–87.
7. Спортивно-оздоровительная физическая культура для детей дошкольного возраста : учебное пособие / О.Б. Соколов, Л.А. Новикова, О.Н. Назарова, А.В. Петров. – Москва : Спортивная книга, 2021. – 192 с.

REFERENCES

1. Golomazov, S.V. (2003), *Kinesiology of precision human actions*, SportAkademPress, Moscow.
2. Guba, V.P. (2003), *Fundamentals of early sports talent recognition: a textbook for higher educational institutions of physical culture*, Terra-Sport, Moscow.

3. Kravchuk, A.I. (2007), “Complex physical education of children of early and preschool age (state and prospects)”, *Physical education, upbringing, education, training*, No. 4, pp. 26–31.
4. Lyakh, V.I. (1990), “Sensitive periods of development of coordination abilities of children at school age”, *Theory and practice of physical culture*, No. 3, pp. 15–19.
5. Matveev, A.P. (1991), *Theory and methodology of physical education*, Physical education and Sport, Moscow.
6. Pravdov, M.A., Ermakova, Yu.N. and Pravdov, D.M. (2010), “The influence of classes based on the use of football game elements on the development of coordination abilities in children 5–7 years old”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 5 (63), pp. 83–87.
7. Sokovikov, O.B., Novikova, L.A., Nazarova, O.N. and Petrov, A.V. (2021), *Sports and health-improving physical culture for preschool children*, textbook, Sports Book, Moscow.

Контактная информация: olegiv1948@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 30.05.2023

УДК 796.325

ИССЛЕДОВАНИЕ ИГРОВОЙ ТАКТИКИ ВОЛЕЙБОЛЬНОЙ КОМАНДЫ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ОППОНЕНТА

Юлия Юрьевна Карева, кандидат педагогических наук, Ангелина Юрьевна Давыдова, студент, Самарский государственный экономический университет, Самара; Александр Васильевич Левченко, кандидат педагогических наук, доцент, Сергей Васильевич Левченко, старший преподаватель, Самарский государственный социально-педагогический университет, Самара; Сергей Анатольевич Жмуров, кандидат педагогических наук, Поволжский государственный университет телекоммуникаций и информатики, Самара

Аннотация

Участие команд в соревнованиях является важнейшими компонентом для определения преимуществ и недостатков как отдельно взятых элементов, волейбольных навыков, так и команды как единого целого. В данной статье рассматривается важность исследования гибкости выбора тактики игры в классическом волейболе в зависимости от анализа сильных и слабых сторон оппонента. Выявлено, что команды, которые могут анализировать стиль игры оппонента и изменять свою тактику в соответствии с ним, имеют больше шансов на успех. Авторами предлагается применять системный подход, который рассматривает качественные и количественные характеристики игры как элементы единой системы, с функционированием, зависящим от эффективности каждого из ее компонентов.

Ключевые слова: классический волейбол, тактика игры, команда, нападающий удар, блокирование, эйс, системный подход, либеро, связующий, диагональный, скаутмен.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.06.p152-156

STUDY OF THE GAME TACTICS OF A VOLLEYBALL TEAM DEPENDING ON THE OPPONENT

Yulia Yurievna Kareva, candidate of pedagogical sciences, Angelina Yurievna Davydova, student, Samara State University of Economics; Alexander Vasilyevich Levchenko, candidate of pedagogical sciences, docent, Sergey Vasilyevich Levchenko, senior teacher, Samara State University of Social Sciences and Education; Sergey Anatolyevich Zhmurov, candidate of pedagogical sciences, Povolzhskiy State University of Telecommunications and Informatics, Samara

Abstract

The participation of teams in competitions is the most important component for determining the advantages and disadvantages of both individual elements, volleyball skills, and the team as a whole. This article discusses the importance of studying the flexibility of choosing the tactics of playing in classical volleyball, depending on the analysis of the strengths and weaknesses of the opponent. It was found that teams that can analyze the opponent's playing style and change their tactics in accordance with it are more likely to succeed. The authors propose to apply a systematic approach that considers the qualitative and