

УДК 796

## ОРГАНИЗАЦИЯ СЕКЦИОННОЙ РАБОТЫ ПО ФУТБОЛУ С ПОДРОСТКАМИ 13-14 ЛЕТ В ДЕТСКОМ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЛАГЕРЕ

Лукьяненко Г.В., Гордеев М.В.

*Тобольский педагогический институт им. Д.И. Менделеева (филиал) Тюменского  
государственного университета  
grigorii301@rambler.ru*

В статье рассмотрена методика организации секционных занятий футболом в детском оздоровительном лагере. Представлены результаты исследования влияния специально подобранных упражнений и игровых заданий на уровень технической и физической подготовленности. По результатам исследования установлены положительные изменения показателей координационных способностей и достоверный прирост технической подготовленности подростков 13-14 лет.

**Ключевые слова:** детский оздоровительный лагерь, спортивная секция, футбол, методика тренировки, подростки 13-14 лет.

## THE SECTIONAL ORGANIZATION OF THE WORK IN FOOTBALL WITH THE TEENAGERS OF 13-14 YEARS IN THE CONDITIONS OF THE CAMP

Lukyanenko G.V., Gordeev M.V.

The article considers the methodology of the organization of sectional playing football in a children's camp. It represents the results of research of influence of specially selected exercises and games on the level of technical and physical preparedness. The results from the study established positive changes in the indices of coordination abilities and significant increase of technical readiness of adolescents 13-14 years.

**Key words:** children's health camp, sports section, football, training methods, adolescents 13-14 years.

**Введение.** Формирование здорового образа жизни подрастающего поколения относится к приоритетным государственным задачам, для решения которых в системе физического воспитания предусмотрены различные формы физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной работы. Одним из направлений этой работы является повышение физической подготовленности школьников, уровень которых, по результатам мониторинга результатов Комплекса ГТО, в основной массе не отвечает предъявляемым требованиям [6]. Среди основных причин слабой

---

физической подготовленности школьников является отсутствие регулярных круглогодичных занятий физическими упражнениями.

Детские оздоровительные лагеря традиционно остаются одной из самых массовых форм летнего отдыха школьников. В условиях лагеря имеется возможность комплексного воздействия на организм детей природных, климатических, режимных, социальных и психологических факторов. Ведущая роль в решении оздоровительных задач в условиях лагеря принадлежит различным формам физического воспитания с использованием инновационных технологий, основу которых составляет организация двигательной активности детей [5].

В качестве видов двигательной деятельности высокой популярностью у детей пользуются спортивные игры, среди которых особая роль принадлежит футболу. В детских оздоровительных лагерях спортивные игры в качестве средств включаются в различные организационные формы, но наибольший эффект достигается при занятиях детей в спортивных секциях [4].

**Цель исследования:** определить эффективность методики занятий футболом с подростками 13-14 лет в условиях детского оздоровительного лагеря.

Объект исследования - процесс физического воспитания подростков в условиях летнего оздоровительного лагеря.

Предмет исследования - методика секционных занятий футболом с подростками 13-14 лет в условиях детского оздоровительного лагеря.

В качестве гипотезы было высказано предположение, что применение специально подобранных технико-тактических упражнений и заданий, выполняемых с использованием соревновательного метода в условиях, ограниченного периода смены детского оздоровительного лагеря, будет способствовать поддержанию и развитию уровня спортивной подготовленности подростков 13-14 лет.

**Материал и методы исследования.** Исследование проводилось на базе АНО «Санаторно-оздоровительный лагерь круглогодичного действия им. Ю.А.Гагарина» г. Заводоуковск Тюменской области в течение лагерной смены. В секцию футбола на добровольной основе были зачислены 20 мальчиков подросткового возраста (12-15 лет). Занятия со всеми подростками осуществлялись на основе единой специально разработанной тренировочной программы, разработанной с учётом основных положений методики подготовки юных футболистов [8].

В соответствии с предъявляемыми требованиями к комплектованию групп при научно-исследовательской деятельности, для проведения исследования в опытную группу были включены подростки 13-14 лет в количестве 10 человек, показавшие лучшие результаты в контрольных испытаниях. В состав этой группы вошли подростки, имеющие опыт занятий спортивной

---

деятельностью (4-5 лет) в системе дополнительного образования, в том числе: футболом – 3 человека (30%), хоккеем – 2 человека (20%), спортивными единоборствами – 3 человека (30%), циклическими видами спорта – 2 человека (20%). Таким образом, у большинства юных спортсменов (70%) игра в футбол не является основным видом спортивной деятельности, а используется в качестве общей физической подготовки.

В разработанной тренировочной программе недельный микроцикл состоял из 6 занятий, продолжительностью 90-120 минут. В связи с ограничением, связанным с временным лимитом пребывания детей в рамках лагерной смены, основной объём упражнений в разработанной методике занимали технико-тактические действия, основанные на двигательных-координационных способностях [2; 3; 7].

В тренировочные занятия были включены специально подобранные игровые упражнения, оказывающие сопряжённое воздействие на физические способности (скоростные и координационные) и технико-тактическую подготовленность.

Упражнения (2-3 задания) включались в первую половину основной части учебно-тренировочного занятия и занимали от 25% до 30% от общего времени тренировки. Тренировочный процесс строился по типу интегральной подготовки [1].

Задачи развития и поддержания специальной выносливости решались в процессе двухсторонней игры в футбол. Для поддержания общей физической подготовленности два раза в неделю включались занятия в тренажёрном зале. Кроме того, тренировки дополнялись другими формами организации занятий, проводимых соответствии с планом физкультурно-массовой и спортивно-оздоровительной работы лагеря.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Проведённое по результатам исходного тестирования сравнение результатов с требованиями к уровню специальной подготовленности футболистов 13-14 лет показало, что большинство продемонстрированных результатов соответствуют низкому уровню подготовленности. Причиной этого может являться то, что среди испытуемых только 30% занимаются футболом на регулярной основе.

В течение исследования активно использовались специально подобранные упражнения, состоящие из различных модификаций «квадратов»; игры в футбол в несколько ворот; в разном составе (2х2, 3х3, 2х2 с одним нейтральным игроком и др.), с разным количеством мячей, в ограниченном пространстве; с ограниченным числом касаний и другие.

Проведённое в конце исследования повторное тестирование показало положительный прирост во всех исследуемых показателях (таблица 1)

Таблица 1 – Результаты тестирования специальной подготовленности занимающихся в секции футбола подростков 13-14 лет

Контрольные испытания	1 этап	2 этап	Достоверность различий	
	Статистические показатели		<i>t</i>	<i>P</i>
	$X \pm \sigma$	$X \pm \sigma$		
Ведение мяча по «восьмерке», с	13,0±0,29	12,92±0,24	1,7	> 0,05
Удары по мячу в ворота, (кол-во раз)	4,1±1,59	4,3±1,17	0,5	> 0,05
Ведение мяча (20 м) с обводкой четырех стоек и удар по воротам, с	10,0±0,21	9,89±0,16	1,7	> 0,05
Коэффициент эффективности, %	51,4±2,81	56,5±2,21	2,1	< 0,05

Как видно из таблицы, увеличилась быстрота выполнения упражнения (на 0,8%) в тесте «Ведение мяча по «восьмерке»», характеризующим координационные способности. В тесте «Удары по мячу в ворота», характеризующие целевую точность, количество попаданий в ворота увеличилось на 4%. В комплексном тесте, характеризующем скоростные, скоростно-силовые и координационные способности, показатели выросли на 1,1%.

Наиболее существенные сдвиги отмечены в показателях коэффициента игровой эффективности, где к концу исследования результат улучшился на достоверном уровне ( $P < 0,05$ ) на 9,9%. В данном тесте сравнение исходных и итоговых результатов технико-тактических действий, входящих в показатели коэффициента игровой эффективности, показало повышение уровня технической подготовленности испытуемых. Так, количество ошибок при ударах по воротам ногой сократилось на 2%; на 4,4% выросло качество в передаче мяча в штрафную площадь соперника; на 5% улучшились показатели в отборе мяча; на 6,2% – в обводке соперника; на 8,5% – в коротких и средних передачах и на 6,1% – в длинных передачах.

Косвенным подтверждением эффективности разработанной методики занятий может служить призовое место по футболу, завоёванное в рамках X спартакиады оздоровительных лагерей Тюменской области подростками, принявшими участие в исследовании.

**Заключение.** По результатам исследования установлено, что применение специально подобранных технико-тактических упражнений и заданий, выполняемых с использованием соревновательного метода в условиях занятий в спортивной секции детского оздоровительного лагеря, позволило на достоверном уровне повысить у подростков 13-14 лет технико-тактические умения и навыки, способствующие успешной соревновательной деятельности и улучшить показатели физической подготовленности.

### Список литературы

1. Губа, В.П. Интегральная подготовка футболистов: учебное пособие / В.П. Губа, А.В. Лексаков, А.В. Антипов. – М. : Советский спорт, 2010. – 208 с.
  2. Голомазов, С.В. Футбол. Перенос тренированности в точности выполнения технических приемов: методическое пособие / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. – М. : ТВТ Дивизион, 2013. – 56 с.
  3. Лях, В. Координационная тренировка в футболе / В. Лях, З. Витковски. – М. : Советский спорт, 2010. – 216 с.
  4. Черкасов, В.В. Проблемы реализации оздоровительных технологий в детских оздоровительных лагерях средствами физической культуры / В.В. Черкасов // Педагогика в глобализирующемся пространстве науки: Вызовы педагогическому образованию в подготовке учителя завтрашнего дня. Материалы VIII Всероссийской научно-практической конференции. – Тобольск, 2014. – С. 148-151.
  5. Черкасов, В.В. Организация массовой физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в условиях Центра духовно-нравственного воспитания детей и молодежи / В.В. Черкасов, Л.Р. Андреева // Вестник Тюменского государственного университета. Гуманитарные исследования. Humanitates. – 2016. – Т. 2. – № 4. – С. 246-258.
  6. Черкасов, В.В. Исследование физической подготовленности школьников выпускных классов на основе испытаний Комплекса ГТО / В.В. Черкасов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта – 2017. – № 1 (143). – С. 215-218.
  7. Чирва, Б.Г. Футбол. Игровые упражнения при сближенных воротах для обучения игре в штрафной площади футболистов 11-15 лет : методические разработки для тренеров / Б.Г. Чирва, С.В. Голомазов. – М. : ТВТ Дивизион, 2013 . – 36 с.
  8. Юный футболист. Учебное пособие для тренеров. / Под общей ред. А.П. Лаптева и А.А. Сучилина. – М.: Физкультура и спорт, 2003. – 255 с.
-