

ДОКЛАД

ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ

Докладчик: Проскурин Н.М.

Содержание

1. Техничко-тактические действия
2. Обучение и совершенствование

1. ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ

В футболе все взаимосвязано. Именно поэтому я считаю главным, принцип «Единство техники-тактики-физической подготовки». На разных этапах обучения, развития и совершенствования технике игры составляющие части этого принципа имеют свой вес и разное значение для планирования тренировочного процесса.

На начальном периоде подготовки юного футболиста (5 – 8 лет) на первом месте стоит общее физическое развитие. В этот период закладывается база физических качеств, которые решающим образом влияют на способность игрока эффективно обучаться технике, а затем и тактике футбола. Приоритет в распределении тренировочного времени надо отдать развитию ловкости и гибкости. При этом, ловкость определяется как комплексное качество, в которое входят:

- координационные способности (согласование и перестроение движений, дифференцирование усилий, мышечная координация, произвольное расслабление);
- разнообразные реакции (зрительно-моторная, переключения внимания);
- чувства (равновесия, ориентации, ритма).

Работа над гибкостью в этот период направлена главным образом на развитие подвижности основных суставов, наиболее полно задействованных при выполнении технических приемов. Это, тазобедренный и голеностопный суставы, поясничный отдел позвоночника.

Быстрота, как физическое качество развивается «сопутствующим» образом, при выполнении различных упражнений, эстафет, подвижных игр и игры в футбол.

Над силой мышц направленная работа ведется только в рамках «естественного» отягощения (вес тела) и динамических движениях. Т.е. упражнения выполняются без отягощения и искусственного усложнения (например, прыжка в глубину).

В период начальной подготовки наша цепочка приоритетов выглядит **«физическая подготовка-техника-тактика»**.

Физическая подготовка – приоритетное и целенаправленное развитие.

Техника – в играх, несложных технических упражнениях, через разнообразное жонглирование мячом.

Тактика – в «пассивном» режиме (несложные объяснения простых тактических действий).

2. ОБУЧЕНИЕ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ

Период учебно-тренировочной работы (УТР) можно условно разбить на два этапа.

Этап базового обучения (9-12 лет).

Этап развития (13-16 лет).

На этапах УТР соотношение тренировочного времени в нашей «цепочке» меняется.

Этап базового обучения.

Количество времени на обучение технике в общем объеме выделяемого времени значительно увеличивается.

Физическая подготовка постепенно «специализируется» под требования футбола. Увеличивается время на развитие быстроты. Тактика увеличивает свое присутствие за счет времени физической подготовки. Начинается обучение принципам принятия тактических решений в зависимости от ситуации в конкретных игровых эпизодах.

Цепочка приоритетов выглядит **«техника - физическая подготовка - тактика»**.

Этап развития.

На этом этапе надо уже говорить не об обучении техническим приемам, а обучению технико-тактическим действиям. Считается, что к этому времени, игрок уже обладает достаточным уровнем автоматизма при выполнении основных технических приемов, чтобы приступить к решению тактических задач. Выполнение тактических задач (в первую очередь, принятие тактического решения, какой технический прием выполнять в данной игровой ситуации) не мешает закреплению динамического стереотипа и стабилизации навыка. В конце этапа (15-16 лет) уже надо перейти от обучения отдельным техническим приемам, к обучению «техничко-тактических связок». Техничко0тактическая связка — это выполнение слитно нескольких технических приемов, объединенных общей тактической задачей. Начинается специализация (отбор и целенаправленное обучение) технических приемов. Т.е. в планы подготовки вводятся ТТС в большей степени характерные для игровой позиции футболиста.

Физическая подготовка в этот период обучения носит характер поддержания достигнутого уровня и задействуется в разминочных,

подготовительных и подводящих упражнениях, чаще всего при подготовке к основной части тренировки.

Цепочка приоритетов выглядит **«тактика-техника-физическая подготовка»**.

Это конечно только общая схема периодизации технической подготовки и приблизительно распределения приоритетов тренировочного времени в общей структуре подготовки игрока. Каждый период и этап подготовки требует конкретного наполнения и, главное, индивидуализации, в зависимости от двигательных способностей, психологических и социальных факторов.

Рамки периодов достаточно условны и могут меняться в зависимости от индивидуальных особенностей игрока.