

УДК 796.332

## **ОСНОВНЫЕ ОПОРНЫЕ ТОЧКИ В ДЕЙСТВИЯХ ПЕРЕМЕЩЕНИЙ С МЯЧОМ В ФУТБОЛЕ**

*Леонид Леонидович Мушников, аспирант, Нина Петровна Филатова, кандидат педагогических наук, доцент, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, г. Омск*

### **Аннотация**

Цель исследования – выявление основных опорных точек (ООТ) в действиях перемещений с мячом в футболе. Задачи исследования: установить положение различных частей тела в моменты ведения футболистом мяча с использованием одной и двух ног, разработать классификацию действий перемещений с мячом в футболе. Организация и методика исследования. Мы провели анализ видеозаписей соревновательной деятельности футболистов высшей квалификации. Методами нашего исследования являлись экспертная оценка соревновательной деятельности, сравнительный анализ. Результаты проведенного исследования позволили выделить основные опорные точки при выполнении движений перемещений с мячом, что является фундаментальной основой освоения любого двигательного действия: часть стопы (в момент толкания мяча указывается точно работающая часть стопы – внешняя, внутренняя, подъем, подошва); плечо закрывает мяч от соперника (в момент поворота туловища в одноопорном положении для смены направления и изменения траектории движения спортсмена с мячом плечо перемещается во внутрь поворота); перенос ОЦМ (в момент переключивания мяча с ноги на ногу при изменении направления движения ОЦМ переносится на опорную ногу). Выявленные основные опорные точки и установленные условия выполнения действий перемещений с мячом в футболе являются ключевыми компонентами формирования правильной ориентировочной основы данного элемента в процессе обучения. Выявленные ООТ позволяют повысить эффективность освоения юными футболистами техники перемещений с мячом.

**Ключевые слова:** перемещение с мячом, футболист, обучение, фазы, основные опорные точки, чувство мяча.

**DOI:** 10.34835/issn.2308-1961.2020.5.p297-300

## **MAIN REFERENCE POINTS IN THE ACTIONS OF MOVEMENTS WITH THE BALL IN FOOTBALL**

*Leonid Leonidovich Mushnikov, the post-graduate student, Nina Petrovna Filatova, the candidate of pedagogical science, senior lecturer, Siberian State University of Physical Culture and Sports, Omsk*

### **Abstract**

The purpose of the study is to identify the main reference points (MRP) in the actions of movements with the ball in football. Research objectives: to establish the position of various parts of the body at the time of the player's ball using with one and two legs, to develop the classification of the actions of the movements with the ball in football. Organization and methodology of research. We analyzed the video recordings of the competitive activities of the highly qualified football players. The methods of our research included the expert evaluation of competitive activity, comparative analysis. The results of the study allowed us to identify the main reference points in the actions of the movements with the ball, which is the fundamental basis for the development of any motor action: part of the foot (at the time of pushing the ball, the working part of the foot is indicated exactly-external, internal, rise-foot part, sole); the shoulder closes the ball from the opponent (at the moment of turning the body in a single-support position to change the direction and change the trajectory of the athlete with the ball, the shoulder moves inside the turn); transfer of the total centrifugal mass (at the moment of shifting the ball from one foot to the other,

when the direction of movement changes, the TCM is transferred to the supporting leg). The identified main reference points and the established conditions for performing actions of movements with the ball in football are the key components of forming the correct indicative basis for this element in the learning process. The identified MRP will allow increasing the efficiency of mastering the technique of ball movement by the young players.

**Keywords:** moving with the ball, footballer, training phase, main reference point.

Перемещение с мячом является одним из основных механизмов развития атакующих действий команд во время матчей. Качественные и количественные показатели перемещений с мячом, по мнению Б.Г. Чирвы, во многом определяют итоговый результат соревновательной деятельности [4, с. 4]. Перемещение с мячом в структуре технической подготовки отмечено как базовой элемент развития «чувства мяча» у юных футболистов групп НП (начальной подготовки) [5, 6], однако процесс обучения данному действию освещен фрагментарно [2, 3]. Зачастую многие приёмы перемещения с мячом изучаются в отрыве от современных условий соревновательной деятельности, что впоследствии затрудняет практическую реализацию изученных элементов.

В настоящее время следует выделить проблему информативности содержания процесса обучения для юных футболистов: отсутствует выделение основных фаз действий перемещений с мячом и основных опорных точек соответственно, в результате чего у футболистов формируется неверная ориентировочная основа двигательного действия (ООД) [1, с. 61]. В данном случае возрастает значимость детализации содержания процесса обучения юных футболистов действиям перемещения с мячом.

Нами проведен анализ видеозаписей соревновательной деятельности российских и зарубежных футболистов высшей квалификации на крупных международных турнирах: 6 матчей плей-офф Лиги Чемпионов УЕФА сезонов 2017–2018 и 2018–2019, 4 матча групповой стадии и стадии плей-офф Чемпионата мира 2018 года, а также 2 решающих матчей групповой стадии отбора к чемпионату Европы по футболу – 2020. В ходе анализа определялись основные двигательные компоненты действий перемещений с мячом:

- в момент ведения футболистом мяча;
- в момент смены направления и траектории движения спортсмена с мячом с использованием одной и двух ног.

В результате анализа видеозаписей соревновательной деятельности российских и зарубежных футболистов высшей квалификации были определены основные фазы действий перемещений с мячом в футболе:

- 1) Фаза толкания мяча подъемом стопы при ведении;
- 2) Фаза поворота туловища в одноопорном положении для смены направления и изменения траектории движения спортсмена с мячом;
- 3) Фаза перекладывания мяча с ноги на ногу при изменении направления движения.

Вместе с тем с использованием программы PickPick нами были установлены ориентировочные условия выполнения действий перемещений с мячом:

- Угол сгибания рук в локтевом суставе при перемещении с мячом составляет 85–95 градусов;
- Угол сгибания ног в коленном суставе в момент толкания мяча подъемом стопы составляет 140–150 градусов;
- Угол сгибания ноги в коленном суставе в момент перекладывания мяча подошвой стопы с одной ноги на другую составляет 100–110 градусов.

В ходе исследований нами была разработана классификация действий перемещений с мячом в футболе, отсутствие которой не позволяло установить взаимосвязь между соревновательной деятельностью футболистов высшей квалификации и необходимостью освоения действий перемещений с мячом юными футболистами на этапе начальной подготовки.

В ходе анализа видеозаписей нами выделено четыре основных вида перемещений с мячом: прямолинейно-поступательное перемещение; диагональное, зигзагообразное перемещение и перемещение перпендикулярно продольной оси футбольного поля.

Нами выделены отличия выполнения действий перемещений с мячом зарубежными и российскими футболистами. Так, зарубежные футболисты наиболее часто используют зигзагообразные перемещения и перемещения перпендикулярно продольной оси футбольного поля, тогда как российские футболисты наиболее часто используют прямолинейно-поступательные и диагональные перемещения с мячом. Столь существенные отличия могут быть обусловлены низким уровнем техники владения мячом, который может быть связан с недостаточной сформированностью ориентировочной основы действий перемещений с мячом в процессе обучения футболистов на этапе начальной подготовки.

С использованием программы PickPick для анализа стоп-кадров соревновательной деятельности футболистов высшей квалификации мы установили соотношение использования спортсменами частей стопы при перемещениях с мячом. Результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Соотношение использования различных частей стопы футболистами высшей квалификации при перемещениях с мячом

Подъем, %	Внешняя часть стопы, %	Внутренняя часть стопы, %	Подошва, %
33,33	27,98	25,06	13,63

Также нами обнаружено, что при перемещениях с мячом с использованием внутренней, внешней частью стопы или подошвой на 90–360 градусов относительно траектории своего передвижения ближнее от соперника плечо перемещается внутрь поворота, тем самым увеличивая скорость перемещения и не давая сопернику приблизиться к мячу. В 83% случаев футболисты, перемещавшиеся с мячом, продолжали выполнение одного из маневров и только в 17% случаев теряли мяч либо упустили его за лицевую/боковую линию. Нами было также установлено, что при выполнении движения с перекладыванием мяча с одной ноги на другую футболисты переносили ОЦМ на опорную ногу: в 88% случаев им удавалось продолжить перемещение с мячом. Чаще всего футболисты использовали данный элемент для обыгрыша игроков команды соперника в количестве не менее двух, а также для быстрой смены направления атаки при плотной опеке со стороны игроков команды соперника.

Результаты проведенного исследования позволили выделить основные опорные точки при выполнении движений перемещений с мячом, что является фундаментальной основой освоения любого двигательного действия [1, с. 64]:

- часть стопы (в момент толкания мяча указывается точно работающая часть стопы – внешняя, внутренняя, подъем, подошва);
- плечо закрывает мяч от соперника (в момент поворота туловища в одноопорном положении для смены направления и изменения траектории движения спортсмена с мячом плечо перемещается внутрь поворота);
- перенос ОЦМ (в момент перекладывания мяча с ноги на ногу при изменении направления движения ОЦМ переносится на опорную ногу).

Основные опорные точки являются главными составными элементами при формировании ООД любого двигательного навыка. При этом концентрации внимания при выполнении двигательного действия требуют истинные ООТ, которые позволяют сформировать полноценную ООД [1, стр. 61]. Представления обучающегося об основных опорных точках позволяют в процессе обучения двигательному действию самостоятельно контролировать процесс освоения и при необходимости вносить коррективы в его исполнение для формирования прочного двигательного навыка [1, стр. 64].

Выявленные основные опорные точки и установленные условия выполнения действий перемещений с мячом в футболе являются ключевыми компонентами формирования правильной ориентировочной основы данного элемента в процессе обучения. Выяв-

ленные ООТ позволят повысить эффективность освоения юными футболистами техники перемещений с мячом.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Боген, М.М. Физическое воспитание и спортивная тренировка: обучение двигательным действиям. Теория и методика / М.М. Боген. – Москва : Книжный дом «ЛИБРИКОМ», 2019. – 226 с.
2. Драндров, Г.Л. Перспективные направления совершенствования технической подготовки юных футболистов / Г.Л. Драндров, А.Н. Кудяшева, Н.Х. Кудяшев // Современные проблемы науки и образования. – 2018. – № 3. – URL : <https://science-education.ru/ru/article/view?id=27616> (дата обращения: 12.05.2019).
3. Кудяшев, Н.Х. Техническая подготовка юных футболистов на начальном этапе обучения : автореферат дис. ... канд. пед. наук / Кудяшев Наиль Хасанович. – Набережные Челны, 2011. – 23 с.
4. Чирва, Б.Г. Освоение техники перемещений с мячом в стиле «касания мяча каждым шагом одной и той же ноги : методическое пособие / Б.Г. Чирва. – Москва : ТВТ Дивизион, 2013. – 52 с.
5. Чирва, Б.Г. Построение технической подготовки юных футболистов с учетом сенситивных периодов становления технического мастерства / Б.Г. Чирва // Теория и практика физической культуры. – 2007. – № 4. – С. 16–18.
6. Gonzalez-Villora, S. Decision making and skill development in youth football players / S. Gonzalez-Villora, L.M. Garcia-Lopez, O.R. Contreras-Jordan // International Journal of Medicine and Sciences of Physical Activity and Sport. – 2015. – № 59. – P. 467–487.

#### REFERENCES

1. Bogen, M.M. (2019), *Physical education and sports training: training motor actions. Theory and methodology*, Book house "LIBRIKOM", Moscow.
2. Drandrov, G.L., Kudyasheva, A.N. and Kudyashev, N.H. (2018), "Perspective directions of improvement of technical training of young football players", *Modern problems of science and education*, No. 3, available at: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=27616>.
3. Kudyashev, N.H. (2011), *Technical training of young football players at the initial stage of training*, dissertation, Naberezhnye Chelny.
4. Chirva, B.G. (2013), *Mastering the technique of moving with the ball in the style of touching the ball with each step of the same foot, methodical manual*, TVT Division, Moscow.
5. Chirva, B.G. (2007), "Construction of technical training of young football players taking into account the sensitive periods of formation of technical skill", *Theory and practice of physical culture*, No 4, pp. 16-18.
6. Gonzalez-Villora, S., Garcia-Lopez, L.M. and Contreras-Jordan, O.R. (2015), "Decision making and skill development in youth football players", *International Journal of Medicine and Sciences of Physical Activity and Sport*, No. 59, pp. 467-487.

**Контактная информация:** leomushnikov@yandex.ru

*Статья поступила в редакцию 20.05.2020*

**УДК 796.865**

### **ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ МЕТОДИКИ РАЗВИТИЯ ТОЧНОСТИ ДЕЙСТВИЙ И ПЕРЕДВИЖЕНИЙ ФЕХТОВАЛЬЩИКОВ САБЛИСТОВ 11–12 ЛЕТ**

*Евгения Дмитриевна Мягих, аспирант, Инесса Юрьевна Горская, доктор педагогических наук, профессор, Любовь Теодосьевна Майорова, кандидат педагогических наук, доцент, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск*

#### **Аннотация**

В статье приводятся результаты исследований, направленных на обоснование, разработку и экспериментальную проверку эффективности методики развития точности действий и передвижений начинающих спортсменов в фехтовании на саблях. Представлена структура и содержание методики развития точности действий и передвижений фехтовальщиков. Дана характеристика специально подобранных средств развития двигательной точности, а также их соотношения в процессе