

916

На правах рукописи

А. А. СУЧИЛИН

**НАЧАЛЬНОЕ ОБУЧЕНИЕ ИГРЕ  
В ФУТБОЛ ДЕТЕЙ 8—9 ЛЕТ**

(Диссертация выполнена на русском языке)

(13734 — теория и методика физического воспитания  
и спортивной тренировки)

Автореферат диссертации  
на соискание ученой степени  
кандидата педагогических наук.

Волгоград, 1972

Работа выполнена в Волгоградском государственном институте физической культуры (ректор института — доцент Н. В. ПЕЧЕРСКИЙ).  
Научные руководители:

кандидат педагогических наук С. А. САВИН,

доктор медицинских наук А. П. ЛАПТЕВ.

Официальные оппоненты:

доктор педагогических наук В. П. ФИЛИН,

кандидат педагогических наук Ю. П. ИЛЬИНЧЕВ

Дополнительный отзыв даст Государственный Центральный ордена Ленина институт физической культуры.

Автореферат разослан «30»/8 1972 г.

Защита диссертации состоится «29»/8 1972 г. в 15 час.  
на заседании Совета ВНИИФК по адресу: г. Москва, ул. Казакова, 18.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке института.

Ученый секретарь Совета.

---

Футбол является массовой и наиболее популярной игрой среди детей, которой придается важное значение как средству воспитания подрастающего поколения.

В процессе игры в футбол у детей воспитывается ряд ценных морально-волевых качеств: коллективизм, целеустремленность, выдержка и самообладание, дисциплинированность. Одновременно эта игра способствует развитию важных двигательных качеств: быстроты, ловкости, силы и выносливости. Огромная тяга детей к футболу позволяет использовать этот вид спорта не только как средство физического развития, но и как важный фактор воспитательного и педагогического воздействия.

Повышение уровня спортивного мастерства советских футболистов находится в прямой зависимости от развития юношеского и детского футбола. Анализ литературных источников, обобщение опыта проведения занятий по футболу с детьми в нашей стране и за рубежом показали, что дальнейшее развитие массового детского футбола и подготовка резервов для команд мастеров требуют более раннего организованного обучения.

Как известно, прием в ДЮСШ и группы подготовки при командах мастеров предусмотрен с 10—13 лет, а в соревнованиях («Кожаный мяч», первенства школ, районов, городов и др.) юные футболисты участвуют с 11—12 лет. При этом в большинстве случаев этим соревнованиям не предшествуют организованное обучение и соответствующая учебно-тренировочная работа, в то время как дети уже в возрасте 8—9 лет самостоятельно играют в футбольный мяч.

В связи с этим нами были проведены многолетние исследования, направленные на разработку методики начального обучения игре в футбол детей 8—9 лет.

Представленная диссертация состоит из введения, четырех глав (гл. I — Обзор литературы и задачи исследования;

гл. II — Методы исследований и их характеристика; гл. III — Разработка и экспериментальная проверка методики начального обучения игре в футбол детей 8—9 лет; гл. IV — Изучение влияния систематических занятий футболом на физическое развитие, состояние здоровья, организованность и академическую успеваемость детей), выводов, научно-методических рекомендаций и указателя литературы.

\* \* \*

Анализ специальной литературы показал, что методика начального обучения игре в футбол разработана лишь для детей в возрасте 11—15 лет (П. Т. Кашуро, П. А. Чумаков и И. М. Таланов, 1967; С. С. Грошенко, Ю. П. Ильичев и А. М. Четырко, 1959). При этом имеется незначительное количество экспериментальных исследований, посвященных этой проблеме (Ю. П. Ильичев, 1964; Сами Махмуд Ас-Сафар, 1965; И. М. Асович, 1968; В. В. Варюшин, 1968; Лэ Бью, 1970).

Рассмотрение существующих программ для ДЮСШ (1967) и групп подготовки (1968) позволяет сказать, что методика начального обучения разработана недостаточно.

Обобщение опыта подготовки юных футболистов в ряде зарубежных стран, добившихся успехов на мировой и Европейской футбольных аренах, дает основание заключить, что в ряде стран (Бразилия, Англия, Италия, ГДР) дети начинают занятия футболом с 7—9 лет (В. В. Мошкаркин, 1965; М. М. Коман, 1967; А. С. Пономарев, 1970; У. Фиркант, 1956; А. Вайтерс, 1968; М. Р. до Оливейро, 1971).

О необходимости организации массового обучения детей игре в футбол в более раннем возрасте, нежели принятом в нашей стране, неоднократно высказывались советские специалисты и тренеры (С. А. Савин, 1968; К. И. Бесков, 1967; А. С. Пономарев, 1970, А. Шестернов, 1971; М. Кравец, 1971 и др.).

В постановлении Комитета по физической культуре и спорту при Совете Министров СССР «О мерах по развитию массового футбола в стране и повышению спортивного мастерства советских футболистов» от 31 августа 1970 года уделяется значительное внимание развитию массового детского и юношеского футбола.

Исходя из вышеизложенного была определена цель исследования — разработать методику начального обучения игре в футбол детей 8—9 лет.

В соответствии с этим в ходе исследования было необходимо решить следующие основные задачи:

1. Определить у мальчиков 8—9 лет уровень развития психофизиологических функций, наиболее важных для игровой деятельности футболистов.

2. Разработать, научно обосновать, экспериментально проверить средства, формы и методы начального обучения футболу детей 8—9 лет и составить методические рекомендации для тренеров и преподавателей.

3. Изучить влияние систематических занятий футболом на состояние здоровья, развитие некоторых психофизиологических функций, организованность и академическую успеваемость детей.

В качестве рабочей гипотезы было принято, что разработка научно-обоснованной методики позволит осуществить начальное обучение футболу детей 8—9 лет. Наряду с этим предполагалось, что систематические занятия футболом с мальчиками этого возраста будут способствовать физическому развитию, укреплению их здоровья и окажут положительное педагогическое воздействие.

\* \* \*

Для решения поставленных в работе задач были выбраны следующие методы исследования:

1. Педагогические: анализ литературных источников, анализ специально разработанных спортивных дневников, анкетный опрос, педагогические наблюдения, педагогические эксперименты, контрольные испытания по физической, технической и тактической подготовке.

Контрольные испытания по физической подготовке включали: бег на 30 м и 200 м по кругу с высокого старта, прыжок в длину и высоту с места толчком двух ног, метание теннисных мячей в цель с 10 м.

В контрольные упражнения по технической подготовке было включено: удар на дальность, вбрасывание и преодоление контрольной спортивно-технической полосы, включавшей основные компоненты современного футбола (бег с высокого старта — 10 м, ведение мяча — 10 м, обводка 3-х стоек на 12 м отрезке с последующей остановкой мяча в кругу диаметром 1 м, ускорение — 10 м на мяч для удара в цель — 2,5 x 1,2 м с расстояния 6 м). Время преодоления контрольной полосы фиксировалось при помощи специально сконструиро-

ванного прибора. Учитывалось время преодоления отдельных этапов и общее время преодоления полосы, а также количество ошибок (штрафные очки) в процессе выполнения упражнения.

Уровень тактической подготовки определялся в результате оценки умения юных футболистов взаимодействовать с партнером при развитии атаки (открывание, своевременность передачи) и срыве атаки (закрывание игрока противника) в играх 3х3 на площадке, 30 х 20 м. Оценка проводилась по пятибалльной шкале.

2. Врачебные: антропометрические измерения, динамика показателей пульса и задержки дыхания у детей в процессе уроков.

3. Методы исследования психофизиологических функций: определение времени латентного периода простых и сложных сенсомоторных реакций, определение показателей точности реакций на движущийся объект, исследование основных свойств внимания, определение точности воспроизведения заданных высечных усилий, определение максимальной частоты движений в трех временных интервалах (5, 10, 20 сек.).

В ходе исследований использовались также данные комплексных методов исследования сердечно-сосудистой системы (электро- и поликардиография, артериопьезография и измерение (артериального давления крови по Короткову).

Обработка экспериментальных данных осуществлялась с помощью соответствующих методов биометрии.

\* \* \*

Разработке методики начального обучения игре в футбол предшествовали анализ литературных источников советских и зарубежных авторов, анкетный опрос мальчиков 8—9 лет и их родителей, тренеров ДЮСШ и групп подготовки молодых футболистов при командах мастеров класса «А» и «Б». Были также использованы педагогические наблюдения за игровой деятельностью младших школьников и данные исследования психофизиологических функций, наиболее важных для игровой деятельности футболистов.

Анализ данных о возрастных особенностях детей 8—9 лет показал, что в этом возрасте возможно приступать к организованным занятиям футболом и осуществлять начальное обучение основным технико-тактическим приемам игры в фут-

бол. При этом следует использовать непродолжительные, главным образом, скоростно-силового характера упражнения, избегая значительных силовых напряжений, а также исключая длительные упражнения, требующие большой общей и тем более скоростной выносливости. Об этом также свидетельствовали анкетный опрос и педагогические наблюдения.

Для разработки методики обучения были необходимы данные о возрастных особенностях развития ряда психофизиологических функций, обеспечивающих быстроту и точность движений. В связи с тем, что в литературе нет подобных сведений, нами были проведены специальные комплексные исследования по изучению у детей 8—9 лет наиболее важных для футболистов показателей психофизиологических функций: быстрота и точность простых (ЛППР) и сложных сенсомоторных реакций (ЛПСР), точность реакций на движущийся объект (РДО), основные свойства внимания, точность мышечных усилий, максимальная частота движений.

Результаты исследований представлены в таблицах 4—5. Из этих данных видно, что у детей этого возраста в силу возрастных особенностей развития центральной нервной системы и нервно-мышечного аппарата отмечаются невысокие показатели ЛППР, ЛПСР, РДО, основных свойств внимания, точности мышечных усилий и максимальной частоты движений. Все это не позволяет им быстро и точно реагировать на меняющуюся обстановку, и следовательно, требует проведения игр на небольших площадках с малым количеством игроков.

Полученные данные послужили основанием для разработки форм и средств обучения, а также ориентиром при установлении соответствующей дозировки упражнений и продолжительности занятий.

\* \* \*

Разработанная методика начального обучения была экспериментально проверена в ходе педагогических экспериментов № 1 и № 2.

Педагогический эксперимент № 1 проводился на базе средней школы № 9 г. Волгограда с 1 октября 1966 года по 20 мая 1967 года. Под наблюдением находились 64 ученика вторых классов, из которых были организованы 3 экспериментальные группы (по 16 человек каждая) и 1 контрольная

группа (16 человек). Средний возраст испытуемых 8 лет и 4 месяца.

Занятия с детьми экспериментальных групп проводились 3 раза в неделю по 45—60 минут. Всего было проведено в каждой экспериментальной группе 98 занятий. Ученики контрольной группы занимались по школьной программе 2 раза в неделю по 45 минут.

Большое внимание уделялось воспитательной работе, которая осуществлялась с детьми в процессе учебно-тренировочных занятий и во внеурочное время. При этом использовались различные формы: посещения футбольных матчей, просмотры учебных фильмов по футболу, встречи с известными футболистами, индивидуальные беседы с учениками и их родителями и др. Вся воспитательная работа осуществлялась в тесном контакте с классными руководителями и родительским комитетом.

Для выполнения программы по физическому воспитанию учащихся и учитывая специфику подготовки футболистов, были разработаны 6 комплексов физических упражнений, которые включали: строевые упражнения на месте и в движении; общеразвивающие гимнастические упражнения; упражнения с футбольными, набивными (вес до 1 кг) и теннисными мячами; упражнения на снарядах; прыжки; элементы акробатики, легкоатлетические упражнения; подвижные и спортивные игры.

При разработке раздела технической подготовки использовался программный материал для ДЮСШ по футболу (1963) и группы подготовки молодых футболистов при командах мастеров класса «А» и «Б» (1966).

В ходе педагогического эксперимента № 1 выявлялись упражнения, наиболее доступные и целесообразные для использования их в учебно-тренировочном процессе. С этой целью были отобраны и экспериментально проверены 170 упражнений по технической и тактической подготовке.

В разделе технической подготовки проходили экспериментальную проверку 149 упражнений, выделенных в следующие группы: упражнения в ведении мяча, в ударах по мячу ногой, в ударах по мячу головой, в остановках, в обманных движениях, на вбрасывание мяча, в отборе мяча, в жонглировании мячом, по технике игры вратаря.

В разделе тактической подготовки были экспериментально проверены 13 упражнений и 8 игр: ведение мяча с остановками по зрительному сигналу, передачи мяча в парах и

тройках на месте и в движении; игровые упражнения: 2 x 1, 3 x 1, 4 x 1, 5 x 1, 3 x 2, 4 x 2, 5 x 2; игры: 1 x 1, 2 x 2, 3 x 3, 4 x 4, 5 x 5, 6 x 6, 7 x 7, 8 x 8.

В раздел теоретической подготовки было включено изучение упрощенных правил игры, индивидуальных, групповых и командных тактических действий в играх уменьшенными составами на малых площадках; решение простейших игровых ситуаций, наиболее часто встречающихся в играх.

При разработке методик обучения одна из основных задач состояла в определении наиболее целесообразной формы построения учебно-тренировочного занятия по футболу с детьми 8—9 лет. Для этого были экспериментально проверены три различных варианта построения учебно-тренировочных занятий:

— I вариант напоминал дворовые игры ребят. Мальчики участвовали в двусторонней игре (2 периода по 15—20 минут с 5—10-минутными перерывами) на малой игровой площадке. Состав каждой команды 5—8 человек. Преподаватель не принимал активного участия в игре. Его роль ограничивалась лишь наблюдением за дисциплиной и соблюдением обязательными элементарных правил игры в футбол.

— II вариант имел общепринятую структуру урока. В подготовительной части урока (8—12 минут) обучаемые выполняли комплекс общеразвивающих физических упражнений. В основной части вначале юные футболисты изучали и совершенствовали методом целостного упражнения технические приемы (10—15 минут), а затем закрепляли их (20—25 минут) в игровых упражнениях с мячом или двусторонних играх (8 x 8) на площадке (50 м x 35 м), разделенной на две зоны: зону защиты и зону нападения. Каждая команда состояла из 4-х защитников и 4-х нападающих. Линия защиты и линия нападения играли только в своих зонах.

В отличие от I варианта преподаватель активно участвовал в обучении техническим приемам и командной игре.

— III вариант имел существенное отличие от II варианта. В подготовительной части урока (18—22 мин.) мальчики помимо комплекса общеразвивающих физических упражнений преодолевали специальную полосу препятствий или участвовали в подвижных и спортивных играх (10 минут).

Основное различие в обучении техническим приемам заключалось в следующем. Основная часть урока была условно разделена по времени на 4 равных интервала (по 5—8 минут). В I и III интервалах времени испытуемые изучали и со-

вершенствовали методом целостного упражнения одни и те же технические приемы, а во II и IV — закрепляли эти же приемы в игровых упражнениях с мячом или в процессе двусторонних игр (3х3) на площадке малых размеров (30 м х 20 м).

Преподаватель так же, как и во II варианте, принимал самое активное участие в обучении и двусторонних играх.

Все учебно-тренировочные занятия проводились в форме урока. Для закрепления изученного материала на уроках применялись домашние задания по самоподготовке.

На заключительном этапе педагогического эксперимента № 1 были проведены контрольные испытания по физической, технической и тактической подготовке у юных футболистов и детей контрольной группы.

Анализ данных контрольных испытаний и результатов, систематически проводившихся педагогических наблюдений, позволил сделать следующие выводы:

— мальчики 8 лет с большим желанием и интересом осваивают различные приемы игры в футбол;

— у юных футболистов всех групп по сравнению со школьниками контрольной группы отмечаются более высокие показатели физической подготовленности в беге на 30 м и 200 м, в прыжках в длину и высоту с места, в метаниях на точность;

— комплексные занятия, включавшие упражнения из гимнастики, легкой атлетики, а также эстафеты, спортивные и подвижные игры, в наибольшей степени оказывают положительное влияние на физическую подготовленность школьников;

— разработанные комплексы физических упражнений доступны детям и могут быть использованы в учебно-тренировочном процессе по начальному обучению футболу;

— наибольший интерес вызывают упражнения с мячами (футбольными, набивными, теннисными), подвижные и спортивные игры, эстафеты и преодоление комбинированных полос препятствий (с бегом, прыжками, лазанием, кувырками);

— строевые и общеразвивающие упражнения не вызывают большого интереса, но они необходимы как средство, способствующее воспитанию осанки и поддержания высокой дисциплины на уроке;

— из 170 упражнений по технической и тактической подготовке, прошедших экспериментальную проверку, подавляющее большинство доступны ребятам и вызывают большой интерес при выполнении. Вместе с тем, часть упражнений труд-

но воспринимается мальчиками, требует длительного времени для освоения, вследствие чего у обучающихся падает интерес к занятиям футболом.

Следует особо подчеркнуть, что наилучшие данные по усвоению программного материала получены при применении III варианта обучения. Это объясняется, на наш взгляд, рядом обстоятельств:

а) обучение футболу строилось на базе разносторонней общефизической подготовки;

б) изучение технических приемов и закрепление их в играх проходило на уменьшенной игровой площадке с небольшим количеством игроков (не более 6—8 человек);

в) при обучении широко использовались подводящие и имитационные упражнения;

г) форма разработанного нами учебно-тренировочного занятия позволяла юным футболистам выполнять упражнения с большой активностью.

В задачи педагогического эксперимента № 2 входило изучение воздействия научно-обоснованных и экспериментально проверенных форм, средств и методов обучения на физическую, техническую, тактическую подготовку юных футболистов и развитие у них психофизиологических функций, наиболее важных для игровой деятельности. Он продолжался с 1 сентября 1967 года по 20 мая 1968 года и проводился также на базе школы № 9 г. Волгограда. Под наблюдением находились ученики третьего класса, принимавшие участие в педагогическом эксперименте № 1. В качестве контрольной группы наблюдалась группа учеников третьего класса, которые занимались 2 раза в неделю физической культурой по школьной программе. Средний возраст детей 9 лет и 4 месяца.

Занятия в экспериментальных группах проводились 3—4 раза в неделю по 45—60 минут. Учебно-тренировочные занятия строились по III варианту, где в основной части урока мальчики изучали и совершенствовали различные технико-тактические приемы, а затем закрепляли их в игровых упражнениях с мячом или в процессе двусторонних игр на площадке малых размеров. Всего было проведено 124 занятия.

Для оценки эффективности форм, средств и методов начального обучения игре в футбол детей 8—9 лет использовались контрольные испытания по физической, технической, тактической подготовке и данные исследований психофизиологических функций.

Результаты контрольных испытаний и данные исследований психофизиологических функций представлены в таблицах 1—5. В числителе показаны данные, полученные в начале педагогического эксперимента № 2, а в знаменателе — в конце педагогического эксперимента № 2.

Таблица 1

**Динамика показателей физической подготовленности мальчиков экспериментальных и контрольных групп**

Изучаемые показатели	Экспериментальные группы			Контрольная группа		
	М	$\sigma$	р	М	$\sigma$	р
Бег 30 м с высокого старта (сек.)	6,4	0,15	$>0,01$	6,6	0,25	$>0,01$
	5,8	0,13		6,24	0,35	
Бег 200 м (сек.)	47,4	1,87	$>0,01$	48,1	3,17	$<0,1$
	43,3	1,32		46,5	2,38	
Прыжок в длину с места (см)	134,4	5,56	$>0,01$	131,5	6,9	$<0,1$
	144,5	4,68		135,3	4,7	
Прыжок в высоту с места (см)	27,1	2,22	$>0,01$	26,0	3,13	$<0,05$
	31,2	1,78		28,5	3,62	
Метание теннисных мячей в цель (баллы)	3,1	0,7	$>0,01$	3,0	0,7	$>0,02$
	4,3	0,6		3,6	0,6	

Контрольные испытания по физической подготовке подтвердили результаты педагогического эксперимента № 1 и показали, что систематические занятия футболом по разработанной нами методике оказывают положительное воздействие на физическую подготовленность школьников.

Юные футболисты экспериментальных групп по сравнению с мальчиками контрольной группы имели более высокие показатели в беге на 30 м и 200 м, в прыжках в длину и высоту с места, в метаниях на точность.

Анализ данных контрольных испытаний по технической подготовке показал, что юные футболисты улучшили свои результаты: в ударах на дальность в среднем на 5,4 м, при вбрасывании мяча — на 1,7 м ( $p > 0,01$ ). Следует при этом

подчеркнуть, что удар на дальность в среднем оказался равным 16,6 м, а вбрасывание мяча ребята смогли выполнить — на 5,3 м.

Таблица 2

Динамика показателей комплексных контрольных испытаний по технике у юных футболистов

Перечень упражнений	М	$\sigma$	P
1. Удар на дальность (м)	11,2	1,5	$>0,01$
	16,6	2,7	
2. Вбрасывание (м)	4,6	0,4	$>0,01$
	5,3	0,7	
3. Контрольная спортивно-техническая полоса: Бег 10 м (сек.)	3,0	0,1	$>0,01$
	2,6	0,1	
Ведение мяча 10 м (сек.)	3,2	0,3	$>0,01$
	2,9	0,2	
Обводка 3-х стоек на 12 м отрезке с последующей остановкой мяча (сек.)	7,2	0,7	$>0,01$
	5,7	0,4	
Бег 10 м перед выполнением удара в цель (сек.)	3,0	0,2	$>0,01$
	2,7	0,1	
Общее время (сек.)	16,4	1,3	$>0,01$
	13,9	0,8	
Штрафные очки (усл. един.)	1,8	0,7	$>0,01$
	0,7	0,2	

Общее снижение времени при преодолении контрольной спортивно-технической полосы равнялось 2,5 сек. ( $p > 0,01$ ). Важно отметить, что это было достигнуто за счет снижения времени, затрачиваемого на преодоление каждого этапа контрольной полосы. При этом, отмечалось значительное уменьшение допускаемых ошибок. На каждого испытуемого пришлось в среднем лишь 0,7 штрафного очка.

Таблица 3

**Оценка уровня тактической подготовленности  
юных футболистов (баллы)**

Изучаемые показатели	M	$\sigma$	p
Открывание	2,9	0,4	$>0,01$
	3,7	0,4	
Закрывание игрока	3,1	0,2	$>0,01$
	4,2	0,4	
Своевременность передачи	2,6	0,2	$>0,01$
	3,2	0,2	

Как видно из таблицы 3 юным футболистам 8—9 лет доступно овладение индивидуальными и групповыми тактическими действиями в условиях командной игры 3 x 3 на малой игровой площадке (30 м x 20 м).

Таблица 4

**Динамика показателей психофизиологических функций  
у юных футболистов и детей контрольной группы**

Изучаемые показатели	Группы	Минимальн. максим. варианты	M	$\sigma$	p
1	2	3	4	5	6
1. Латентный период сложной сенсомоторной реакции (мсек)	экспер.	247—612	379	84,2	$>0,01$
		212—493	296	29,3	
	контрол.	271—740	388	31,7	$<0,1$
		245—659	369	25,9	
2. Время ошибки реакций на движущийся объект (мсек)	экспер.	46—101	69	26,5	$>0,01$
		32—79	54	17,4	
	контрол.	41—128	75	17,2	$<0,1$
		39—113	71	20,1	

1	2	3	4	5	6
3. Коэффициент ошибки при воспроизведении заданных мышечных усилий (%)	экспер.	$\frac{112-64}{8-56}$	$\frac{34}{29}$	$\frac{11,7}{10,1}$	$>0,05$
	контрол.	$\frac{115-75}{110-65}$	$\frac{38}{32}$	$\frac{14,8}{11,2}$	$<0,1$
4. Максимальная частота движений: за 5 сек.	экспер.	$\frac{23-42}{28-44}$	$\frac{29}{34}$	$\frac{4,2}{3,5}$	$>0,01$
	контрол.	$\frac{21-40}{26-40}$	$\frac{26}{30}$	$\frac{5,4}{4,0}$	$>0,01$
За 10 сек.	экспер.	$\frac{49-68}{52-73}$	$\frac{56}{63}$	$\frac{4,2}{4,7}$	$>0,01$
	контрол.	$\frac{45-60}{50-64}$	$\frac{51}{56}$	$\frac{4,3}{4,0}$	$>0,01$
За 20 сек.	экспер.	$\frac{75-132}{96-128}$	$\frac{97}{104}$	$\frac{12,7}{7,1}$	$>0,01$
	контрол.	$\frac{70-130}{92-132}$	$\frac{92}{98}$	$\frac{17,1}{11,4}$	$<0,1$

Приведенные данные (табл. 4, 5) свидетельствуют о том, что систематические занятия футболом способствовали улучшению всех показателей важных для футболиста психофизиологических функций. У юных футболистов по сравнению с мальчиками контрольной группы отмечались статистически значимые уменьшения величин латентного периода сложной сенсомоторной реакции, времени ошибки реакции на движущийся объект, коэффициента ошибки при воспроизведении мышечных усилий.

В то же время у юных футболистов наблюдалось увеличение показателей максимальной частоты движений в интервалах 5, 10 и 20 секунд, коэффициента точности зрительного восприятия 3—6 фигур.

Таблица 5

**Динамика показателей объема внимания у юных футболистов и детей контрольной группы**

Изучаемые показатели	Группы	Минимальн. максим. варианты	M	s	p
Кoeffициент точности зрительного восприятия (%)	экспер.	$\frac{33-100}{66-100}$	$\frac{86,6}{92,1}$	$\frac{14,9}{7,1}$	$>0,05$
	контрол.	$\frac{33-100}{33-100}$	$\frac{80,0}{84,3}$	$\frac{19,1}{19,1}$	$<0,1$
а) 3 фигур	экспер.	$\frac{33-83}{50-83}$	$\frac{70,0}{76,2}$	$\frac{11,1}{24,0}$	$>0,02$
	контрол.	$\frac{33-83}{50-83}$	$\frac{67,2}{69,1}$	$\frac{14,3}{14,3}$	$<0,1$
б) 4—6 фигур	экспер.	$\frac{22-78}{57-78}$	$\frac{61,5}{63,2}$	$\frac{12,4}{4,7}$	$<0,1$
	контрол.	$\frac{22-66}{33-78}$	$\frac{60,3}{62,5}$	$\frac{12,6}{13,0}$	$<0,1$
в) 7—9 фигур	контрол.	$\frac{22-66}{33-78}$	$\frac{60,3}{62,5}$	$\frac{12,6}{13,0}$	$<0,1$

\* \* \*

Изучение влияния систематических занятий футболом на физическое развитие, состояние здоровья, успеваемость и организованность детей показало следующее.

Систематические занятия футболом способствовали физическому развитию детей. Однако существенных различий в приросте антропометрических показателей у футболистов по сравнению с детьми контрольной группы не установлено. По всем антропометрическим показателям были получены статистически значимые увеличения как у мальчиков, занимавшихся футболом по экспериментальной программе, так и у школьников, занимавшихся физической культурой по школьной программе.

Организм мальчиков 8—9 лет хорошо адаптировался к применяемым нагрузкам. Об этом свидетельствуют динамики показателей частоты сердечных сокращений и задержки ды-

хания, полученные в процессе контрольных уроков по футболу. Так, например, частота сердечных сокращений в 1 минуту у мальчиков в одном из контрольных уроков на заключительном этапе характеризовалась следующими величинами: до урока —  $80 \pm 1,6$ ; после подготовительной части —  $139 \pm 2,3$ ; в конце основной части —  $179 \pm 2,5$ ; после заключительной части —  $129 \pm 2,7$ ; спустя 10 минут после окончания занятия —  $92 \pm 1,7$ . Динамика показателей задержки дыхания была (сек.): до урока —  $23,8 \pm 0,5$ ; после подготовительной части —  $15,4 \pm 0,6$ ; в конце основной части —  $12,5 \pm 0,2$ ; после заключительной части —  $16,0 \pm 0,4$ ; спустя 10 минут после окончания занятия —  $23,5 \pm 0,5$ .

Анализ комплексных результатов исследования сердечно-сосудистой системы детей, проведенного кандидатом медицинских наук С. Н. Хмелевой, не выявил у юных футболистов отклонений от норм, принятых для здоровых детей. Длительность сердечного цикла R—R составила в среднем 0,78 сек., что соответствует ритму сердечных сокращений 77 ударов в минуту и не выходит за пределы норм для детей этого возраста, являясь его нижней границей. Пределы колебаний частоты сердечных сокращений составили 66—107 ударов. Средние значения величин максимального и минимального давления были равны  $98,5 \pm 1,23$  и  $58,7 \pm 1,15$  мм рт. ст. Скорость распространения пульсовой волны по артериям эластичного типа и артериям мышечного типа оказалась равной  $435,0 \pm 4,82$  и  $589,5 \pm 11,0$  см/сек., что является возрастной нормой.

Данные академической успеваемости и анализа режима дня показали, что активный двигательный режим в сочетании с целенаправленной воспитательной работой способствовали организованности школьников и повышению их успеваемости. Юные футболисты повысили академическую успеваемость за период эксперимента по основным предметам в среднем на 0,38 балла, в то время как школьники контрольной группы — лишь на 0,12 балла.

## ВЫВОДЫ:

1. Анализ литературных данных свидетельствует о том, что анатомо-физиологические особенности младших школьников 8—9 лет создают необходимые предпосылки для успешного обучения игре в футбол.

2. Результаты специально проведенных исследований показали, что у детей 8—9 лет в силу возрастных особенностей развития центральной нервной системы и нервно-мышечного аппарата наблюдается невысокий уровень показателей важнейших для футболиста психофизиологических функций (время простых и сложных сенсомоторных реакций; данные точности реакции на движущийся объект; показатели основных свойств внимания; максимальная частота движений; точность мышечных усилий).

3. Данные психофизиологических функций, анатомио-физиологических особенностей и педагогических наблюдений за игровой деятельностью детей 8—9 лет послужили основанием для разработки методики начального обучения.

4. Основные положения разработанной методики начального обучения игре в футбол детей 8—9 лет предусматривают:

- систематическое проведение воспитательной работы;
- выделение до 50% времени на разностороннюю общефизическую подготовку;
- обязательное применение подводящих и имитационных упражнений при изучении конкретного технического приема;
- изучение технико-тактических приемов, в основном, при помощи целостного метода с последующим закреплением этих приемов в игровых упражнениях или играх на малых площадках (30 м x 20 м) с количеством одновременно участвующих не более 6—8 человек;
- чередование различных упражнений для изучения одного и того же технического приема с микропаузами для отдыха. При этом время, отводимое на выполнение одного упражнения, не должно превышать 5—8 минут.
- использование облегченных, уменьшенных мячей; волейбольных, резиновых, теннисных.

Подробное описание разработанной методики начального обучения приводится в тексте научно-методических рекомендаций.

5. Результаты педагогических экспериментов показали, что мальчикам 8—9 лет доступны для овладения следующие основные технические приемы.

По технике игры: ведение мяча носком, средней и внутренней частью подъема, внутренней стороной стопы; удары по мячу носком, средней и внутренней частью подъема, внутренней стороной стопы, пяткой; лобной частью без прыжка; остановки мяча подошвой и внутренней стороной стопы; обман-

ные движения на удар, остановку мяча подошвой, на уход с изменением направления движения; вбрасывание мяча с места; отбор мяча выбиванием, выпадом, подкатом; жонглирование.

По технике игры вратаря: освоение основной стойки в воротах; ловля мячей, катящихся и летящих навстречу и в сторону на высоте груди и живота; ловля и отбив кулаком без прыжка высоко летящего мяча; ввод мяча в игру руками и ногой.

6. Овладение тактическими действиями в условиях общепринятой командной игры 11 x 11 является наиболее трудной задачей для детей в связи с возрастными особенностями организма. Мальчикам доступно овладение лишь индивидуальными и групповыми тактическими действиями в двусторонних играх 3 x 3 и 4 x 4 на малых игровых площадках (30 м x 20 м).

7. В связи с возрастными особенностями организма детей 8—9 лет является целесообразным:

— не требовать выполнения упражнений детьми в высоком темпе;

— не применять много упражнений, где юным футболистам приходится быстро и точно реагировать на меняющуюся обстановку;

— не изучать в одном занятии более двух-трех технических приемов;

— не проводить двухсторонних игр в общепринятых составах 11 x 11 на футбольном поле установленных размеров.

8. Систематические занятия футболом с детьми 8—9 лет положительно сказываются на их организованности и академической успеваемости.

9. Регулярные занятия футболом весьма благоприятно воздействуют на развитие физических качеств детей. У юных футболистов по сравнению со школьниками, занимавшимися физической культурой по школьной программе, наблюдались лучшие показатели в беге на 30 и 200 метров, в прыжках в длину и высоту с места, в метаниях на точность.

10. У мальчиков, занимавшихся футболом, по сравнению с учащимися, занимавшимися физической культурой по школьной программе, отмечались более высокие темпы развития ценных для учебно-трудовой деятельности психофизиологических функций, что нашло свое отражение при исследовании быстроты и точности простых и сложных сенсомоторных реакций, точности реакций на движущийся объект, основных

свойств внимания, точности воспроизведения мышечных усилий, максимальной частоты движений.

11. Систематические занятия футболом способствуют физическому развитию детей и укреплению их здоровья. Об этом свидетельствуют данные антропометрических показателей, а также показатели функционального состояния сердечно-сосудистой, дыхательной, центральной нервной системы и нервно-мышечного аппарата школьников.

12. Необходимо проведение дальнейших исследований по изучению особенностей учебно-тренировочного процесса с детьми младшего школьного возраста в период каникул в условиях пионерского лагеря, школ-интернатов, жилых массивов и т. п.

## СПИСОК

### работ, опубликованных по теме диссертации

1. Педагогические особенности обучения игре в футбол детей 8—9 лет. В сб.: Материалы итоговой научной конференции, посвященной 50-летию Великой Октябрьской социалистической революции. Волгоград, 1967; стр. 103—105 (в соавторстве с Абрамовым А. К. и др.).

2. Влияние систематических занятий футболом на организм детей 8—9 лет. В сб.: Материалы итоговой научной конференции, посвященной 50-летию Великой Октябрьской социалистической революции. Стр. 109—111 (в соавторстве с Абрамовым А. К. и др.).

3. Состояние детского и юношеского футбола в Волгограде и пути его дальнейшего развития. В сб.: Материалы итоговой научной конференции, посвященной 50-летию Великой Октябрьской социалистической революции, стр. 116—118 (в соавторстве с Ликучевым Д. И.).

4. К вопросу о начальном обучении футболу детей 8—9-летнего возраста. В сб.: Научные основы физической культуры и спорта. Саратов, 1967; стр. 96—97 (в соавторстве с Абрамовым А. К.).

5. Футбол как одно из средств улучшения учебно-воспитательной работы со школьниками младших классов. В сб.: Проблемы физической культуры и спорта. Волгоград, 1968; стр. 126—128.

6. Начальное обучение юных футболистов 8—9 лет с использованием данных психофизиологических исследований.

Брошюра, Волгоград, 1968 (в соавторстве с Абрамовым А. К. и др.).

7. Футбол как одно из важнейших средств развития физических качеств у младших школьников. В сб.: Вопросы физической культуры и совершенствования учебного процесса. Волгоград, 1969; стр. 149—152 (в соавторстве с Ликучевым Д. И.).

8. О ранней специализации в футболе. В сб.: Научные основы физической культуры. Саратов, 1970; стр. 196—198.

9. К вопросу о приспособляемости организма детей младшего школьного возраста к нагрузкам переменной интенсивности. В сб.: Вопросы физической культуры и совершенствования учебного процесса. Волгоград, 1971; стр. 293—295 (в соавторстве с Ликучевым Д. И.).

10. Особенности основных свойств внимания у юных футболистов 8—9 лет. В сб.: Вопросы физической культуры и совершенствования учебного процесса. Волгоград, 1971; стр. 295—297.

11. Организация и методика проведения занятий по футболу со школьниками младших классов на уроках физкультуры. В сб.: Вопросы физической культуры и совершенствования учебного процесса. Волгоград, 1971; стр. 299—301.

12. Возрастные особенности дизъюнктивных реакций у школьников и юных футболистов 8—9 лет. В сб.: Вопросы физической культуры и совершенствования учебного процесса. Волгоград, 1971; стр. 308—309 (в соавторстве с Абрамовым А. К.).

#### По теме были сделаны доклады:

1. На республиканском научно-методическом семинаре по детскому и юношескому футболу в г. Волгограде, ноябрь 1967.

2. На итоговой научной сессии НМС Федерации футбола СССР в г. Москве, январь, 1969.

3. На итоговой научной сессии НМС Федерации футбола СССР в г. Москве, январь, 1970.

4. На республиканском научно-методическом семинаре для тренеров групп подготовки при командах мастеров класса «А» и «Б» в г. Омске, февраль, 1970.

5. На республиканской научно-методической конференции по футболу для тренеров ДЮСШ горно Министерства просвещения РСФСР в г. Краснодаре, октябрь, 1971.