

УДК 796.332:378  
ББК 75.578:74.480.54

*Дзюба И. П.\**

## ПРОЕКТИРОВАНИЕ СОДЕРЖАНИЯ ФУТБОЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ

В статье представлены результаты исследований, направленных на разработку и опытно-экспериментальную проверку проектирования содержания футбольной подготовки в физическом воспитании студентов на основе соревновательной деятельности. В ходе исследования выявлены взаимосвязи тактической подготовки и соревновательной деятельности студентов, занимающихся футболом. Проведен анализ результатов выступлений испытуемых в первенстве вуза среди факультетов. Также проведен педагогический эксперимент, в рамках которого была доказана зависимость между изучением соревновательной деятельности сборной команды университета и повышением мастерства студентов, занимающихся футболом.

**Ключевые слова:** футбол, соревновательная деятельность, физическое воспитание, тактическая подготовленность, техническая подготовленность, студенты, проектирование.

*Dzyuba I. P.\**

## FOOTBALL TRAINING CONTENT PLANNING WITHIN STUDENTS PHYSICAL EDUCATION

The results of investigations, aimed at working-out and experimental planning examination of football training content within students physical education, based on competitive activities are presented in the article. During the investigation, the correlations between tactics training and competitive activities of students, playing football, are revealed. The analysis of research subjects' performance results during the higher educational establishment competitions between faculties is carried out, as well as the pedagogical experiment, where the relationship between studying the university team competitive activities and the level of students' experience in football increase was proved.

**Keywords:** football, competitive activities, physical education, tactics training, technique training, students, planning.

\* E-mail: dzuba86@mail.ru

Основная задача вуза – подготовка грамотного, работоспособного, здорового специалиста, готового реализовать поставленные планы в непростых условиях рыночной экономики. Повышение умственной нагрузки необходимо сочетать с достаточной двигательной активностью на фоне положительных эмоций. Одним из основных средств повышения активности и сохранения здоровья студентов является физическая культура (Л. П. Матвеев, 2003, с. 5-8; Л. И. Лубышева, 2003, с. 26-28; В. И. Ильинич, 2006, с. 7-9; М. Я. Виленский, 2006, с. 27-29; В. К. Бальсевич, 2009, с. 33-37; J, Betts, 2004, p. 98 и др.). При этом одна из ведущих ролей в физическом воспитании детей и молодежи отводится проектированию содержания физкультурного образова-

ния на основе как гуманитарно-ориентированного, так и личностно-ориентированного подхода (В. С. Якимович, 2002, с. 116; В. В. Черняев, 2004, с. 5).

При этом арсенал физической культуры достаточно широк, что позволяет выбрать вид спортивной деятельности соответственно морфофункциональному и психофизиологическому статусу и личностным мотивациям каждого занимающегося (В. К. Бальсевич, 2006, с. 213-214; Г. Н. Филонов, 2009, с. 36).

Актуальными представляются исследования, направленные на развитие нетрадиционных в обязательном стандарте дисциплины «Физическая культура», но достаточно популярных и эффективных видов двигательной активности, применяемых в практике не только спортивно-секционных заня-

тий. Наибольший интерес для вузов с преимущественно мужским контингентом вызывают игровые виды спорта, в том числе и футбол (Y.-S. Kwon, 2002, p. 156-167; G. Glassford, 2009, p. 59-62).

Анализ теоретических и методических основ организации и проведения тренировочных занятий по футболу в научной литературе рассматривался в подготовке юных спортсменов детско-юношеских спортивных школ (Г. С. Лалаков, 2004, с. 25; С. Н. Андреев, 2004, с. 115 и др.) и высококвалифицированных футболистов (Г. М. Гаджиев, 1984, с. 5; С. Ю. Тюленьков, 2001, с. 37-38; A. Alcazar, 2000, p. 24). В диссертационных исследованиях выявлены особенности тренировочного процесса студентов, занимающихся футболом в спортивных секциях нефизкультурных вузов (Ю. В. Цубан, 2003, с. 45; Д. В. Выприков, 2008, с. 18; К. Л. Полушенко, 2008, с. 18 и др.).

В связи с этим возникает необходимость проектирования содержания учебного процесса, способного обеспечить качество освоения футбола для студентов, выбравших именно этот вид двигательной активности в рамках академических занятий по расписанию и самостоятельных, так как эти вопросы не нашли должного отражения в научной и методической литературе.

Наиболее эффективным, по нашему мнению, является целенаправленное обучение технико-тактическим действиям в футболе, а способом реализации этого вида в учебном процессе выступает раннее включение соревновательной деятельности, поскольку именно она способствует не только формированию основных технико-тактических действий в усложненных условиях, но и мотивации на достижение успеха не только в игре, но и последующей жизнедеятельности.

В то же время вопросы обучения студентов, ранее не занимавшихся регулярной спортивной деятельностью и имеющих слабую физическую и специальную подготовку, в частности в футболе, остаются недостаточно изученными.

**Цель исследования:** оценить эффективность спроектированного содержания футбольной подготовки в физическом воспитании студентов. В связи с этим была пред-

принята попытка экспериментального освоения технико-тактической деятельности на основе соревновательной деятельности

#### **Организация и методы исследования.**

Были использованы следующие методы исследования: анализ научно-методической литературы и анкетных опросов, экспертная оценка, педагогическое наблюдение, тестирование общей и специальной физической подготовленности, технической и тактической подготовленности, педагогический эксперимент, исследование функциональных показателей, эмоционального состояния и статистическая обработка результатов исследования.

Под наблюдением находились 120 студентов первого курса восьми факультетов, выбравших футбол для занятий физической культурой. Из них 25 человек составили экспериментальную группу и 25 – контрольную. Экспериментальная группа занималась по разработанной нами технологии проектирования учебного процесса на основе раннего включения соревновательной деятельности. В контрольной группе занятия проводились по традиционной методике. Во всех группах занятия по физическому воспитанию проводились в рамках академических часов и самостоятельно. Основой для экспериментальной группы явилось освоение технико-тактических действий в соответствии с подобранными комплексами специальных упражнений и четкого распределения общей физической и технической подготовки соответственно мезоциклам. В контрольной группе проводилось последовательное освоение основных приемов владения мячом.

**Результаты и их обсуждение.** Анализ результатов проведенного анкетирования 120 студентов по вопросам желаний занятий футбольной подготовкой показал, что 100 % из них интересовались этим видом и считают, что освоение техники и тактики этой спортивной игры пригодится им в будущем в качестве активного отдыха. Однако анализ специальной физической подготовки сравнительно с показателями сборной команды показал значительные отличия, что и позволило внести наиболее приоритетные действия в учебный процесс.

В теории и практике физической культуры и спорта проектирование занимает особое место, так как рассматривается многогранная область деятельности человека. По мнению М. В. Сахаровой (2001, с. 75-84); Ж. К. Холодова (2002, с. 22-26) проектирование – это современная форма технологии в области применения спортивно-педагогических инноваций, благодаря которой появляется возможность разработки новых либо адаптивных методик подготовки.

Поскольку первостепенной задачей нашего исследования явилось проектирование содержания футбольной подготовки в учебном процессе студентов на основе структуры соревновательной деятельности, то для его моделирования был выбран феноменологический метод (опора на эталон). Примером явилась сборная команда по футболу своего вуза. При этом эффективность управления любым тренировочным процессом определяется объективной информацией о состоянии объекта управления (Ю. В. Верхошанский, 1993, с. 21-28; В. Б. Исурин, 2010, с. 24). Исходя из этого, нами была предложена блок-схема проектирования содержания футбольной подготовки студентов, состоящая из трех блоков. Она включает задачи, методы, средства для повышения эффективности соревновательной деятельности.

Реализация предлагаемого содержания футбольной подготовки предполагает использование различных форм и методов организации учебного процесса, а также средств, используемых для индивидуальной

и групповой (командной) подготовки студентов к соревновательной деятельности.

Основным результатом проведенного проектирования содержания физического воспитания является повышение его эффективности, которое выражается в осуществлении студентами соревновательной деятельности с выходом в финал (между факультетами) либо зачисление в сборную команду университета. Для того чтобы оценить успешность подготовки и эффективность технико-тактических действий на основе структуры соревновательной деятельности, необходим контроль: входной, текущий и итоговый по каждому блоку.

Следует отметить, что достижение победного результата в игре обусловлено наличием определенного уровня тактического мастерства футболистов. Вот почему необходимость тщательного анализа показателей не только команды, но и каждого игрока является важной составляющей управления соревновательной деятельностью футболистов, а значит и выбора тактического плана на конкретную игру (Е. В. Федотова, 2001, с. 78).

Оценка тактической подготовленности в экспериментальной и контрольной группах проводилась в начале и конце эксперимента.

В экспериментальной группе (табл. 1) до эксперимента при индивидуальных действиях с мячом (атакующих и оборонительных) на «отлично и хорошо» выполняли 12 %, на «удовлетворительно» - 60 %, «неудовлетворительно» - 28 %.

Таблица 1 – Оценка тактической подготовленности, (%)

Тактическое содержание	Оценка	ЭГ (n = 25)		КГ (n = 25)	
		Период эксперимента		Период эксперимента	
		До	После	До	После
Индивидуальные действия с мячом (атакующие и оборонительные)	Отлично и хорошо	12	68	8	64
	Удовлетворительно	60	28	68	24
	Неудовлетворительно	28	4	24	12
Групповые целевые взаимодействия с мячом (атакующие и оборонительные)	Отлично и хорошо	4	64	4	40
	Удовлетворительно	56	28	60	52
	Неудовлетворительно	40	8	36	8
Игровые упражнения по правилам соревнований в двух составах (не менее 3 игроков) с ограничениями и без ограничений	Отлично и хорошо	4	68	4	36
	Удовлетворительно	48	20	40	28
	Неудовлетворительно	48	12	56	36

Примечания: ЭГ – экспериментальная группа; КГ - контрольная группа

Проанализировав результаты, мы можем утверждать, что у студентов экспериментальной группы качество подготовки по предложенному содержанию футбольной подготовки при обучении технико-тактическим действиям более высокое по сравнению с общепринятой методикой проведения занятий со студентами.

В рамках проводимого педагогического эксперимента была доказана зависимость между включением ранней соревнователь-

ной деятельности и повышением мастерства студентов экспериментальной группы.

Для этого подверглись анализу результаты выступлений испытуемых в первенстве вуза среди факультетов. Сборная команда машиностроительного института с участием студентов экспериментальной группы заняла первое место, показав при этом более стабильный результат и организованную игру. Сборная команда контрольной группы факультета транспорта нефти и газа – четвертое (табл. 2).

Таблица 2 – Итоги выступления студентов в первенстве вуза среди факультетов

№ п/п	Соревнования	Группы	Количество игр	Количество побед	Количество ничьих	Количество поражений	Место
1	Первенство между группами	ЭГ	3	2	1	0	1
		КГ	3	1	0	2	3
2	Первенство между факультетами	ЭГ	6	4	1	1	1
		КГ	5	2	1	2	4
3	Контрольные и товарищеские матчи	ЭГ	3	3	0	0	
		КГ	3	0	2	1	

Примечание: в первенстве факультета у контрольной группы меньше игр, так как по регламенту команда, занявшая первое место в подгруппе, выходит сразу в полуфинал. Команда экспериментальной группы играла четвертьфинал.

Перед первенством между факультетами было проведено соревнование внутри факультетов экспериментальной и контрольной групп между учебными группами 1-4 курсов. Команда экспериментальной группы заняла первое место, выиграв два матча и один сыграв вничью, показывая ярко выраженный агрессивный, атакующий футбол и хорошие командные взаимодействия. Команда контрольной группы заняла третье место, выиграв один матч и два проиграв, при этом показала настоящий характер и большое желание, но недостаточная технико-тактическая подготовка не позволила показать более высокий результат.

Между двумя этапами соревнований были проведены товарищеские игры с участием экспериментальной и контрольной групп. В этих матчах экспериментальная группа выиграла все свои игры. Контрольная группа сыграла два матча вничью и один проиграла. В это же время была проведена товарищеская встреча между контрольной и экспериментальной группами, в которой уверенно победила команда экспериментальной группы со счетом 5 : 1.

Исходя из этого можно отметить, что для достижения высоких результатов в соревновательной деятельности, требующей от студентов занимавшихся футболом проявления всех качеств, необходимо в ходе подготовки ориентироваться на изучение технико-тактических действий команд и игроков более высокого уровня. Для нашего исследования – это сборная команда университета. Поскольку в этом случае возможно осуществление более эффективного управления учебным процессом.

Таким образом, включение в учебный процесс соревновательной деятельности является эффективным средством совершенствования учебного процесса и может быть рекомендовано к внедрению в практику занятий футболом как вариативного компонента дисциплины «Физическая культура».

#### Выводы

1. Анализ социологического исследования выявил перспективность проектирования содержания футбольной подготовки в физическом воспитании студентов. Установлено, что 56 % студентов, выбравших этот вид спортивно-физкультурной деятельности,

осознают важность футбола в профессионально-прикладной физической подготовке, при этом 78 % считают недостаточной общую и специальную подготовленность, что подтверждает необходимость развития этого вида в физическом воспитании.

2. Экспериментальная проверка эффективности проектирования содержания футбольной подготовки в физическом воспитании студентов показала повышение результативности включения соревновательной деятельности в учебный процесс студентов экспериментальной группы, обеспечившей успешное выступление в межфакультетских соревнованиях и пополнение членов сборной команды университета. Этому способствовало повышение у них уровня специальной подготовленности.

### Список литературы

1. Андреев, С. Н. Мини-футбол. Подготовка юных футболистов в спортивных школах и любительских командах : метод. пособие / С. Н. Андреев, В. С. Левин. – Липецк: ГУ РОГ Липецкая газета, 2004. – 496 с.
2. Бальсевич, В. К. Оздоровительный потенциал физической и спортивной культуры / В. К. Бальсевич // Здоровье нации – основы процветания России : материалы II Всерос. форума. – М., 2006. – С. 213-214.
3. Бальсевич, В. К. Здоровьеформирующая функция образования в Российской Федерации / В. К. Бальсевич // Молодежная политика: история, теория, практика : междунар. науч. конгресс (25-28 ноября 2009 г.) : сб. материалов / Министерство спорта, туризма и молодежной политики РФ, РГУФКСиТ. – М., 2009. – С. 33-37.
4. Верхошанский, Ю. В. Актуальные проблемы современной теории и методики спортивной тренировки / Ю. В. Верхошанский // Теория и практика физической культуры. – 1993. – № 8. – С. 21-28.
5. Виленский, М. Я. Физическая культура личности студента как объект и субъект образовательной технологии / М. Я. Виленский // Образовательная и оздоровительная роль физической культуры и спорта в вузе: сб. ст. II междунар. науч.-практ. конф., посвященной 50-летию образования РУДН (14-15 июня 2006 года, Москва). – М., 2006. – С. 27-29.
6. Выприков, Д. В. Построение учебно-тренировочного процесса на основе комплексной оценки нагрузок квалифицированных спортсменов в мини-футболе : дис. ... канд. пед. наук (13.00.04) / Д. В. Выприков. – М., 2008. – 161 с.
7. Гаджиев, Г. М. Структура соревновательной деятельности как основа комплексного контроля и планирования подготовки футболистов высокой квалификации : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Г. М. Гаджиев; ВНИИФК. – М., 1984. – 24 с.
8. Головков, В. В. Факторы, обеспечивающие эффективность соревновательной деятельности квалифицированных спортсменов в мини-футболе : автореф. дис. ... канд. пед. наук / В. В. Головков; СПбГУФК. – СПб, 2002. – 24 с.
9. Ежов, П. Ф. Интегральный показатель величины тренировочной нагрузки специализированных упражнения в футболе / П. Ф. Ежов // Теория и практика физической культуры. – 2012. – № 2. – С. 72-73.
10. Ильинич, В. И. Ключевые проблемы модернизации системы физического воспитания и развития спорта в высших учебных заведениях / В. И. Ильинич // Культура физическая и здоровье. – 2006. – № 3 (9). – С. 7-9.
11. Исурин, В. Б. Блоковая периодизация спортивной тренировки : монография / В. Б. Исурин. – М. : Советский спорт, 2010. – 288 с.
12. Лалаков, Г. С. Подготовка юных футболистов на этапе начального обучения / Г. С. Лалаков. – Омск : СДЮШОР Иртыш, 2004. – 96 с.
13. Лубышева, Л. И. Спортивно-ориентированное физическое воспитание : социальный аспект / Л. И. Лубышева // Современные проблемы физической культуры и спорта : матер. Всерос. науч. конф. – СПб. : Шатон, 2003. – С. 26-28.
14. Матвеев, Л. П. Интегративная тенденция в современном физкультуроведении / Л. П. Матвеев // Теория и практика физической культуры. – 2003. – № 5. – С. 5-8.
15. Полуценко, К. Л. Управление тренировочным процессом команд по мини-футболу с использованием комплексного

педагогического контроля : автореф. дис. ... канд. пед. наук (13.00.04) / К. Л. Полуренко. – Хабаровск, 2008. – 25 с.

16. Сахарова, М. В. Варианты проектов макроцикла подготовки юных спортсменов игровых видов спорта на стадии базовой подготовки / М. В. Сахарова, Ж. К. Холодов, Д. Н. Платонов // *Детский тренер*. – 2006. – № 2. – С. 75-84.

17. Тюленьков, С. Ю. Методика этапного контроля физической работоспособности футболистов / С. Ю. Тюленьков // *Теория и практика физической культуры*. – 2001. – № 11. – С. 37-38.

18. Федотова, Е. В. Основы управления многолетней подготовкой юных, спортсменов в командных игровых видах спорта / Е. В. Федотова. – М. : Спутник, 2001. – 245 с.

19. Филонов, Г. Н. О методологии проектирования образовательных стандартов / Г. Н. Филонов // *Педагогика*. – 2009. – № 8. – С. 36.

20. Холодов, Ж. К. К теории методологии проектирования систем подготовки спортсмена (команды) / Ж. К. Холодов // *Материалы совместной научной конференции*. – Малаховка, 2002. – С. 22-26.

21. Цубан, Ю. В. Моделирование игровых упражнений в системе подготовки футболистов на этапе спортивного совершенствования : дис. ... канд. пед. наук / Ю. В. Цубан. – М., 2003. – 112 с.

22. Черняев, В. В. Проектирование и конструирование гуманитарно-ориентированного содержания образования по физической культуре в вузе: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / В. В. Черняев. – М., 2004. – 48 с.

23. Якимович, В. С. Проектирование системы физического воспитания детей и молодежи на основе личностно-ориентированного образования : дис. ... д-ра пед. наук (13.00.04) / В. С. Якимович. – Волжский, 2002. – 380 с.

24. Alejandro Alcazar. El Futbol-salapaso, presente y futuro. La evolucion de las reglas, la técnica y los sistemas de juego / Alejandro Alcazar, Alfredo Arestigui, Evangelos Palantzas. – Gymnos, 2000. – 175 p.

25. Betts, J. America's sporting heritage / J. Betts : 1850-1950. Addison-Wesley : Reading, Mass, 2004. – 98 p.

26. Glassford, G. University sport, alternative to professional sport / G. Glassford // *Proceedings of the FISU conference «University sport : science, culture and society»*. Palma de Mallorca (Spain), July 7-9, 2009 : FISU. – 2009. – P. 59-62.

27. Kwon, Y.-S. Korea, Red Devils and the Hiddink Factor / Y.-S. Kwon // *In Going Oriental: Football After World Cup 2002*, edited by M. Perryman. – Edinburgh: Mainstream Publishing, 2002. – P. 156-67.