

Методические закономерности роста игрока

Теория и практика создания условий для роста игрока

Современный футбол. Факты

ЧМ-2014, ЧМ-2018

- * На ЧМ – 2018 только одна игра закончилась со счетом 0:0
- * Команды, не являющиеся фаворитами стали успешнее в играх против фаворитов за счёт тактических построений – владение мячом больше не является гарантом успеха
- * Больше атак – больше забитых мячей, атакующий футбол получает всё больший приоритет
- * Команды хорошо сбалансированы, большое число универсальных игроков в ведущих командах
- * «Прямолинейный футбол» – команды стремятся как можно быстрее доставить мяч в зону поражения ворот, играют «в глубину»
- * Вратарь стал полноценным игроком – это ключевой игрок при оборонительных действиях и при началах атаки
- * Меньше пространства в зоне мяча
- * Игроки должны быстрее принимать решения и их реализовывать
- * Игроки должны быть:
 - * Умными
 - * Техничными



Современный футбол он какой? /1

1. Преобладание атакующего футбола над оборонительным
2. Команды предпочитают гибкую (тактическую) организацию
3. Высокое значение универсальности игрока
4. Высокая интенсивность игры (невозможна без высокого уровня физической подготовленности)
5. В современном футболе качество первого паса и скорость перехода (как от обороны к атаке так и наоборот) являются ключевыми факторами, определяющими успех команды

Современный футбол он какой? /2

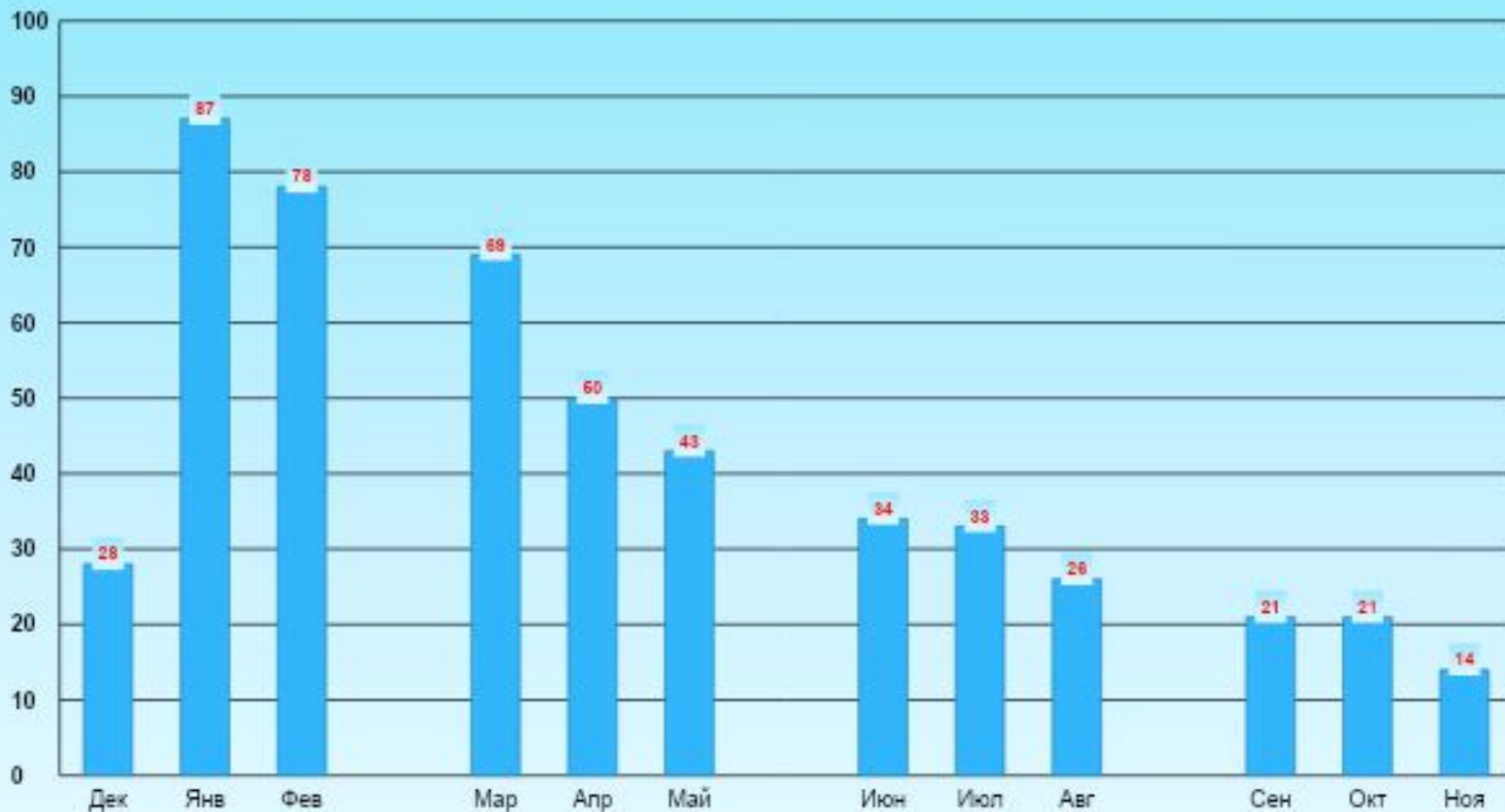
1. Отличительная особенность переходов от обороны к атаке – направленность вперед первого паса (или движения), отсутствие промежуточных (подготовительных) передач
2. Быстрая ответная атака часто становится базовым тактическим планом на игру
3. В современной игре вратарь – это дополнительный полевой игрок
4. Важность последних 15 / 30 минут игры (невозможно без высокого уровня физической подготовленности)
5. Отсутствие боязни рисковать: команды, не боящиеся нарушить игровую схему для создания голевого момента, чаще добиваются успеха
6. Талант и техническая оснащенность уже не являются единственными ключевыми факторами, обеспечивающими игроку высокие достижения и успех. Быстрая реакция игрока при овладении мячом (командой) и /или/ при потере командой мяча являются важнейшим фактором, определяющим класс игрока футболе

Современный ребёнок. Факты

- * Гаджеты
- * Больше информации
- * Хуже общается
- * Не такой, как его родители (мы)
- * Быстрее информацию обрабатывает
- * Больше визуал, чем аудиал
- * Хуже запоминает информацию «на слух»

Как оценить игрока в
юношеском футболе??

Распределение игроков 1996 -1999 годов рождения по месяцам (Top international tournaments U-17)



Распределение контингента (%) при отборе юных футболистов (муж/жен) в зависимости от даты рождения

(по данным зарубежных исследований)

Период рождения игрока	Январь-март	Апрель-июнь	Июль-сентябрь	Октябрь-декабрь
Возрастная категория игрока				
U - 15	40%	30%	20%	10%
U - 17	50%	30%	15%	5%
U - 19	50%	35%	15%	0%

Таким образом, игроки, родившиеся во второй половине года не могут составить конкуренцию более старшим футболистам, несмотря на то, что все они родились в один год. В связи с этим при отборе игроков необходимо ориентироваться не только на внешние физические данные игрока, но и учитывать дату его рождения.

% потерь игроков в период ростового скачка (ушедшие из футбола)

Период рождения игрока	Кол-во пропусков тренировок из-за травм (%)	Кол-во пропусков игр из-за травм (%)	% потерь игроков в период ростового скачка (ушедшие из футбола)
Январь-март	8	1	10%
Апрель-июнь	12	3	15%
Июль-сентябрь	15	4	30%
Октябрь-декабрь	21	7	45%

Чем отличается оценка футболиста в юношеском и во «взрослом» футболе

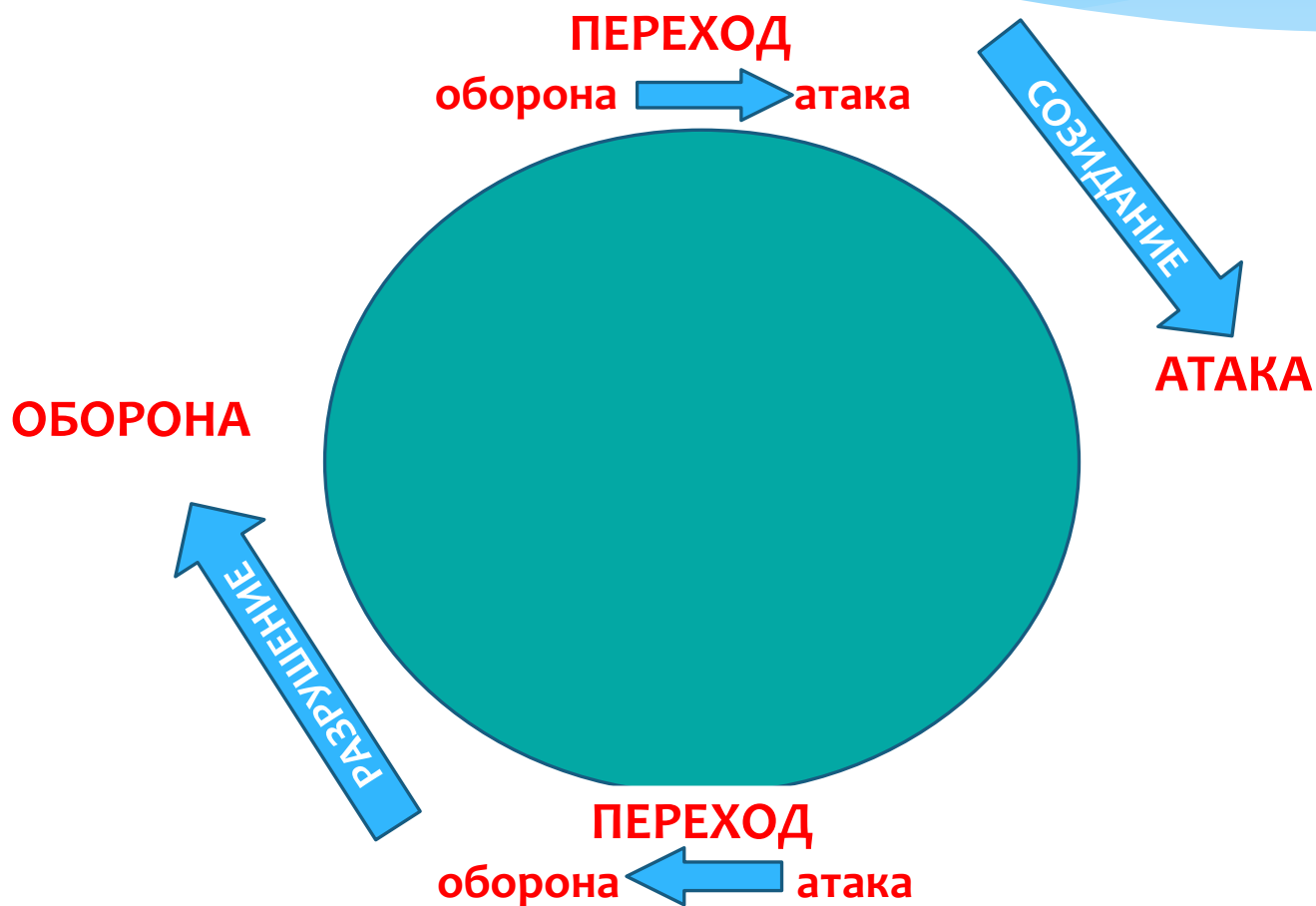
Что важно в детско-юношеском футболе

При подготовке юного футболиста самое главное – развитие его индивидуальных способностей, действий с мячом / без мяча, понимания игры, умения «читать» игру.

Что главное во «взрослом» (профессиональном) футболе?

Использовать навыки футболиста на нужной позиции

Как мы анализируем футбол?



Как мы анализируем игру?

Действия с мячом

- * Прием (обработка)
- * Передача
- * Ведение (дриблинг)
- * Удар
- * Игра головой

* Действия без мяча

- * Открывание
- * Сокращение пространства
- * Опека
- * Прессинг
- * Выбор позиции

Понимание игры, групповое взаимодействие

Чтение игры, командное взаимодействие

Виды подготовки

* Техническая:

- * Координационная база
- * Владение мячом
- * Умение выполнять технические элементы на скорости

* Физическая:

- * Быстрота
- * Сила
- * Выносливость
- * Гибкость
- * координация

* Тактическая

- * Тактика атаки
- * Тактика обороны
- * Переходы

* Психологическая:

- * Воля к победе
- * Лидерские качества

Методические закономерности роста игрока



Концентрация на мяче



Концентрация на мяче и воротах



Концентрация на мяче,
воротах и сопернике



Концентрация на мяче,
воротах, сопернике и
партнере

Задумывались ли вы над последовательностью обучения игрока?

теория «закладок». **Мяч**

Действия с мячом

- * Прием (обработка)
- * Передача
- * Ведение (дриблинг)
- * Удар
- * Игра головой

* Действия без мяча

- * Открывание
- * Сокращение пространства
- * опека
- * Прессинг
- * Выбор позиции

Понимание игры, групповое взаимодействие

Чтение игры, командное взаимодействие

Задумывались ли вы над последовательностью обучения игрока?

теория «закладок». **Мяч+ворота**

Действия с мячом

- * Прием (обработка)
- * Передача
- * Ведение (дриблинг)
- * Удар
- * Игра головой

* Действия без мяча

- * Открывание
- * Сокращение пространства
- * опека
- * Прессинг
- * Выбор позиции

Понимание игры, групповое взаимодействие

Чтение игры, командное взаимодействие

Задумывались ли вы над последовательностью обучения игрока?

теория «закладок». **Мяч+ворота+соперник**

Действия с мячом

- * Прием (обработка)
- * Передача
- * Ведение (дриблинг)
- * Удар
- * Игра головой

* Действия без мяча

- * Открывание
- * Сокращение пространства
- * Опека
- * Прессинг
- * Выбор позиции

Понимание игры, групповое взаимодействие

Чтение игры, командное взаимодействие

Задумывались ли вы над последовательностью обучения игрока?

теория «закладок».

Мяч+ворота+соперник+партнер

Действия с мячом

- * Прием (обработка)
- * Передача
- * Ведение (дриблинг)
- * Удар
- * Игра головой

* Действия без мяча

- * Открывание
- * Сокращение пространства
- * Опека
- * Прессинг
- * Выбор позиции

Понимание игры, групповое взаимодействие

Чтение игры, командное взаимодействие

Задумывались ли вы над последовательностью обучения игрока?

теория «закладок». **Мяч+ворота+соперники+партнеры**

Действия с мячом

- * Прием (обработка)
- * Передача
- * Ведение (дриблинг)
- * Удар
- * Игра головой

* Действия без мяча

- * Открывание
- * Сокращение пространства
- * Опека
- * Прессинг
- * Выбор позиции

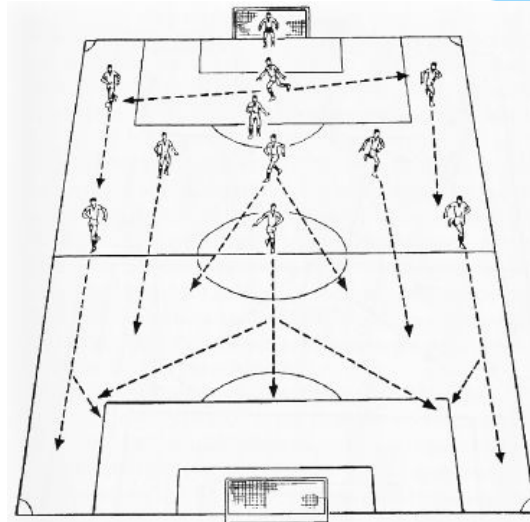
Понимание игры, групповое взаимодействие

Чтение игры, командное взаимодействие

Что из себя представляет тренировка



техника



Тактика атаки и обороны



Физическая подготовка

В чем проблемы процесса подготовки игроков в России

совместный мониторинг с DFB

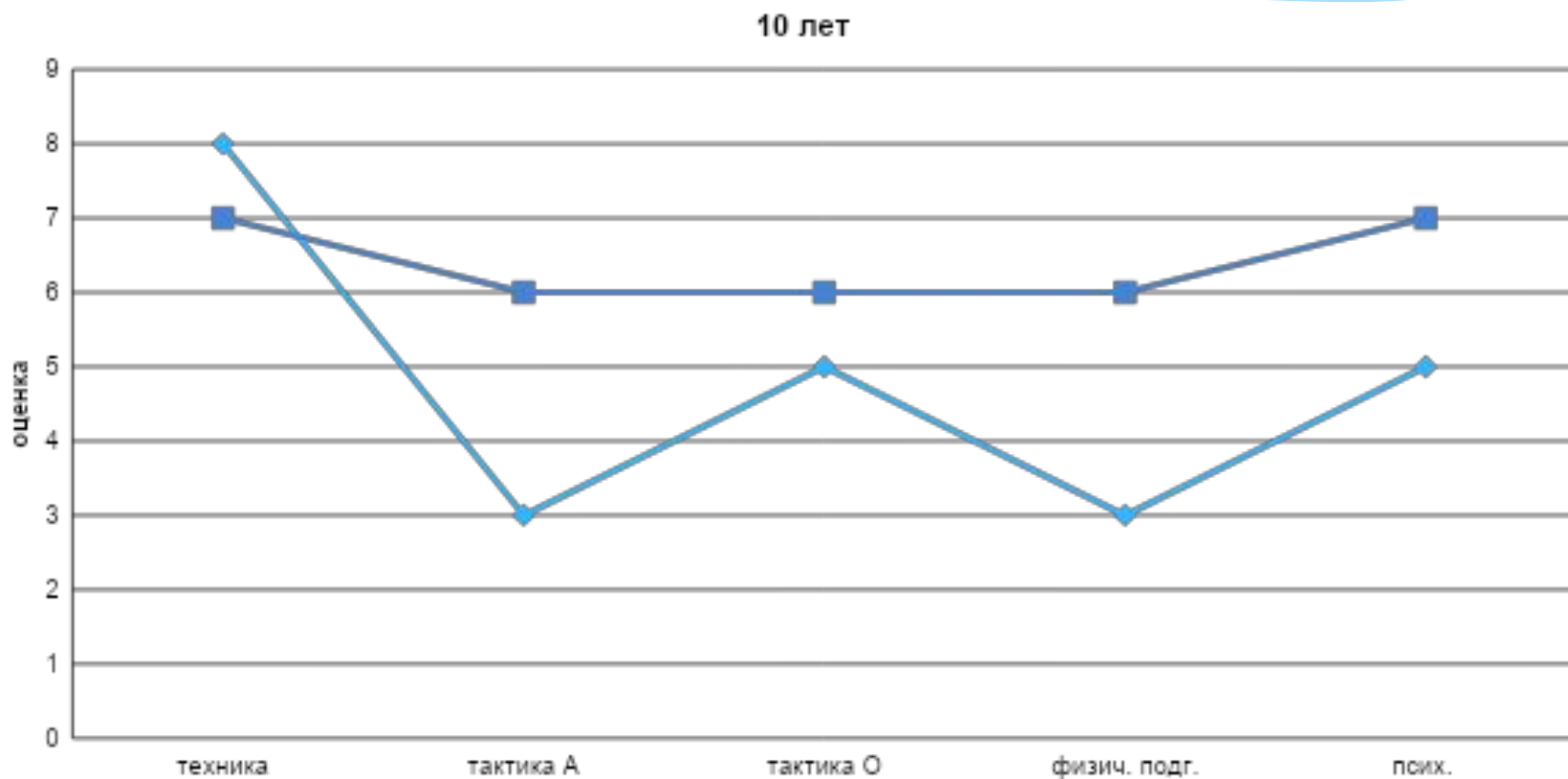
- * У юных игроков нет понимания структуры игры
- * Тренеры не владеют практическими навыками конструкции «футбольных» упражнений
- * Тренеры при обучении элементам главным образом используют вербальные (речевые) методы
- * Тренеры просто переносят упражнения «взрослого» футбола в свою тренировку
- * Юные футболисты «зациклены» на недопущении ошибок при этом не понимают смысла собственных (футбольных) действий (например, вратари не нацелены на фиксацию мяча, защитники не нацелены на начало атаки, нападающие не нацелены на мгновенные действия при потере мяча)

Как обеспечить РАЗВИТИЕ игрока

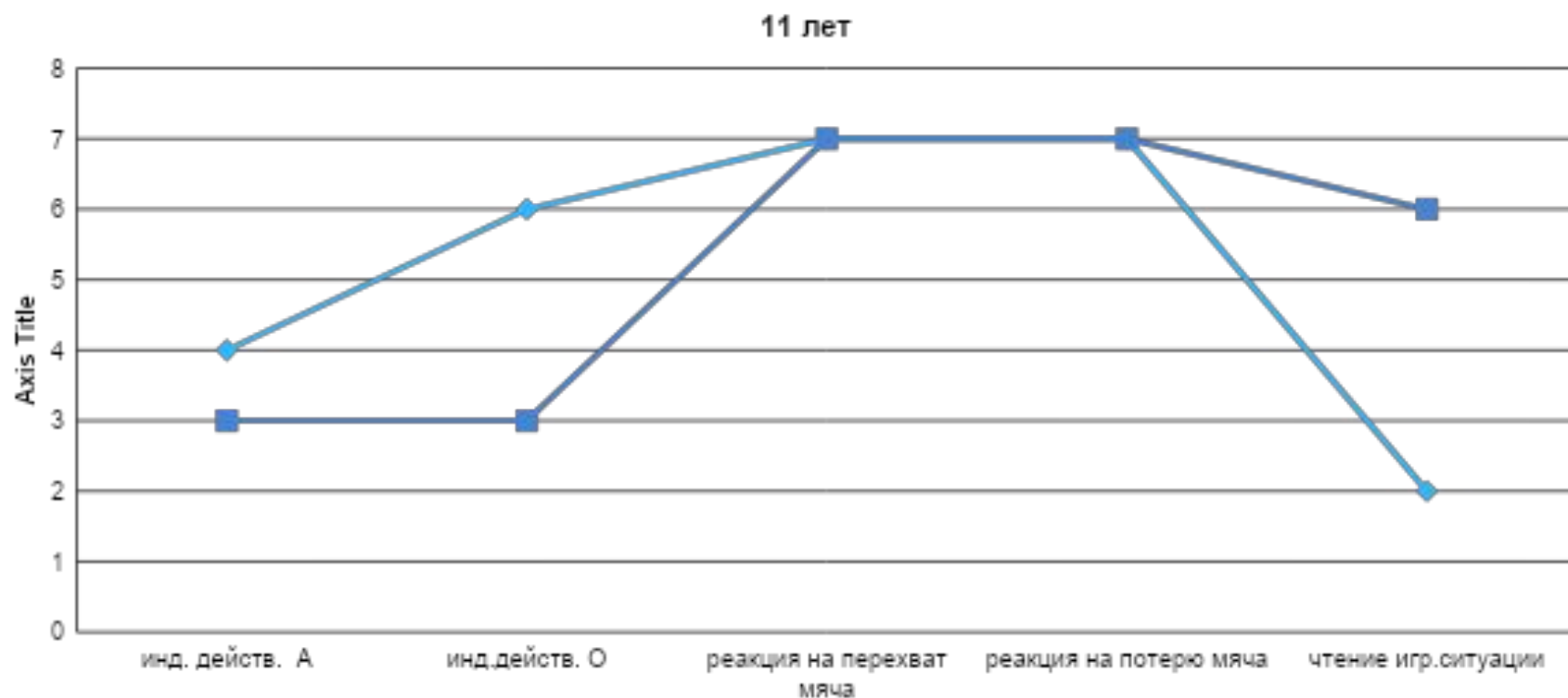
Ориентация на возрастные приоритеты в обучении и развитии - ЗАКЛАДКИ

10 лет	11 лет	<u>12 лет</u>	13 лет	14 лет
Техника: освоение сложных техн. приемов	Техника: освоение сложных технических приемов	Техника: формирование двиг. навыков, точность действий	Техника: совершенствование технических навыков	
Тактика: <ul style="list-style-type: none">Распределение игроков по полюОриентирование на поле	Тактика: <ul style="list-style-type: none">Индивидуальные действия А&ОПринципы групповой и индивид. тактики:<ul style="list-style-type: none">игра в линиях,реакция на потерю/ перехват мяча,удержание мяча в ограниченном пространстве,чтение игровой ситуации	Тактика: <ul style="list-style-type: none">Чтение игровой ситуацииУглубление знаний о взаимодейд. в линияхОзнакомление с игрой по амплуа Психика: <ul style="list-style-type: none">Скорость обработки информацииОбъем вниманияУстойчивость внимания	Тактика: <ul style="list-style-type: none">Чтение игровой ситуацииБыстрота реакции на изменение игровой ситуации (переходы)Поиск амплуаРазвитие умений групповых взаимодейд. А&ООзнакомление 1-4-3-3 (базовая)Применение игровых взаимодейд. в играх Психика: <ul style="list-style-type: none">Точность операт. мышления	Тактика: <ul style="list-style-type: none">Определение игрового амплуаУмение играть 1-4-3-3-Ознакомление со схемой 1-4-4-2Развитие умения групповых взаимодействии в линиях при А&О (переходы) Психика: <ul style="list-style-type: none">Точность операт. мышл-яОбъем

Сравнение игроков 10 лет



Сравнение игроков 11 лет



Качественные характеристики выполнения оборонительных и атакующих действий игроком (экспертная оценка, матрица М.А. Годика)

Техника игровых действий (экспертная оценка 0-10)

- * Удары
- * Ведение на разных скоростях
- * Обводка соперника
- * Защита мяча при попытке его отбора соперником
- * Передачи:
 - * Короткие
 - * Средние
 - * Длинные
- * Прием и обработка мяча
- * Игра головой
- * Отбор мяча
- * Вбрасывание аута

Качественные характеристики выполнения оборонительных и атакующих действий игроком (экспертная оценка, матрица М.А. Годика)

Тактика атакующих игровых действий (экспертная оценка 0-10)

- * Создание и использование оперативного пространства
- * Перемещение игрока с мячом
- * Перемещение игрока без мяча
- * Движение после паса
- * Игра «в стенку»
- * Стандартные положения в атаке
- * Завершающие передачи с флангов
- * Быстрота перехода от обороны к атаке
- * Завершение атак

Качественные характеристики выполнения оборонительных и атакующих действий игроком (экспертная оценка, матрица М.А. Годика)

Тактика оборонительных игровых действий (экспертная оценка 0-10)

- * Прессинг
- * Подстраховка партнеров
- * «Накрывание» соперника
- * Выбор оборонительной позиции
- * Участие в групповом отборе мяча
- * Единоборства вверху
- * Единоборства внизу
- * Быстрота перехода от атаки к обороне
- * Стандарты в обороне

Качественные характеристики выполнения оборонительных и атакующих действий игроком (экспертная оценка, матрица М.А. Годика)

Физические качества игрока (экспертная оценка 0-10)

- * Быстрота реагирования
- * Стартовая скорость
- * Дистанционная скорость
- * Умение менять ритм движений
- * Координация движений
- * Общая выносливость
- * Скоростная выносливость
- * Силовая выносливость
- * Взрывная сила
- * Гибкость

Качественные характеристики выполнения оборонительных и атакующих действий игроком (экспертная оценка, матрица М.А. Годика)

Психические качества (экспертная оценка 0-10)

- * Инициативность
- * Воля к победе в игре, протекающей удачно
- * Воля к победе в игре, протекающей неудачно
- * Лидерство
- * Саморегуляция
- * Агрессия
- * Отношения с партнерами
- * Обучаемость
- * Отношение к тренировкам

Как добиться комплексного решения

- * Анализ проблемы (мяч, мяч+ворота, мяч+ворота+соперник, мяч+ворота+соперник+партнер)
- * Конструирование ИГРОВОЙ ситуации
- * Последовательное упрощение ИГРОВОЙ ситуации если это необходимо

Как построить цикл тренировки

Над чем работаем

- * Мяч
- * Мяч+ворота
- * Мяч+ворота+соперник
- * Мяч+ворота+соперник+партнер

Как работаем

- * Для молодых футболистов – скорость выполнения двигательного действия оказывает большее тренирующее воздействие
- * Для более старших футболистов – сложность двигательного действия оказывает большее тренирующее воздействие

Как планировать тренировку

последовательность составления плана-конспекта

- * Подготовительное упражнение 1 (упрощенное подг. упр-е 2)
- * Подготовительное упражнение 2 (упрощенное подг. упр-е 3)
- * Подготовительное упражнение 3 (упрощённое подводящее)

Основная часть

- * Подводящее (ие) упражнение (я) (упрощение основного)
- * Основное упражнение (мяч, ворота, соперник(и), партнер(ы))
- * Заключительная часть (заминка)

планирование

реализация

разминка

Какой цикл строить

Значимые изменения в
организме происходят в период с
14 по 21 повторение

Оценка игрока

ЧТО ВЛИЯЕТ НА УРОВЕНЬ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ИГРОКА?

- * Возраст
- * Стаж занятий
- * Обучаемость

Как мы оцениваем игрока в юношеском футболе

ВОПРОСЫ?