

Н. С. Мартыянов, А. П. Маджаров, И. М. Корниенко

Учреждение образования «Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины», Гомель, Беларусь

ХАРАКТЕРИСТИКА ЭТАПА НАЧАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ В МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКЕ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ

В основе рационального построения многолетней подготовки должно лежать стремление к обеспечению условий, в которых спортсмен способен проявить максимально возможный результат, вытекающий из его природных задатков и закономерно развитого на их основе широкого круга способностей. Реализация этого стремления может быть обеспечена исключительно планомерной и длительной подготовкой (от 7–8 до 10–12 лет в зависимости от индивидуальных особенностей спортсмена), ориентированной на оптимальную возрастную зону.

Представляется, что именно целевая направленность на долгосрочную подготовку перспективных футболистов должна определять структуру и содержательный компонент тренировочного процесса. В этом отношении интересен опыт построения долговременных программ подготовки футбольных талантов в странах Западной Европы с общей структурой периодизации. Так, в Германии и Испании многолетний процесс подготовки спортивного резерва в футболе делится на два периода, каждый из которых имеет приоритетную направленность:

- период развития и обучения (7–15 лет): обеспечивает развитие индивидуальных способностей юных футболистов посредством использования большого количества игровых заданий, тренировочных и учебных игр; режим тренировочной деятельности от двух занятий по 90 мин в 6–7 лет до трех занятий по 90 мин в 8–10 лет и переходом на четырехразовые занятия по 90–120 мин в 11–15 лет;
- период соревнований (с 16 лет до профессиональной команды): обеспечивает развитие игрового потенциала каждого футболиста путем активного участия в играх на результат; режим тренировочной деятельности предусматривает пять занятий по 120 мин в 16 лет, семь занятий (два дня двухразовые и день отдыха) в 17–18 лет и переходом на восемь занятий (три дня двухразовые и день отдыха), начиная с 19 лет. Характерным для большинства стран Западной Европы является и отношение к организации и проведению соревнований среди детских команд.

Участие в официальных соревнованиях с 12 лет, до этого дети выступают во всевозможных турнирах и фестивалях; постепенный переход на стандартное (большое) поле и игру 11 × 11 с 14 лет.

Такой практический подход в футболе всецело соответствует ключевым положениям общей теории периодизации многолетней подготовки спортсменов, где процесс многолетней подготовки спортсменов на современном этапе развития спорта должен делиться на две продолжительные стадии, для каждой из которых существуют объективные критерии эффективности подготовки и организационно-методические формы построения тренировочного процесса. Остановимся более подробно на первой стадии, которая охватывает период от начала занятий спортом до выхода спортсмена на уровень высших достижений. Критерием эффективности подготовки спортсменов на этой стадии является соблюдение закономерностей становления высшего мастерства в системе многолетней подготовки, выход на уровень высших достижений в нижней границе оптимальной для конкретного вида спорта возрастной зоны.

Никакие внешние факторы не должны нарушать рационально построенный процесс многолетней подготовки. Прежде всего, здесь должно быть полностью устранено стремление к достижениям в детско-юношеских соревнованиях путем ранней специализации и применения объемов работы, средств и организационных форм подготовки, характерных для подготовки взрослых спортсменов высокого класса.

Объективные закономерности возрастного развития детей, адаптация различных функциональных систем к тренировочным и соревновательным воздействиям, а также специфические особенности футбола должны определять возрастные границы и продолжительность этапов многолетнего процесса подготовки футбольных талантов.

При определении наилучшего возраста для начала занятий следует ориентироваться на возрастные границы, оптимальные для достижений в том или ином виде спорта, и продолжительность подготовки, позволяющей полноценно решить задачи первых четырех этапов многолетнего совершенствования. В футболе, как правило, к 19–21 году юноши достигают нижней возрастной границы, зоны оптимальной для достижения первых больших успехов. Установлено, что для выхода перспективной молодежи на уровень профессионального спорта необходимо приступать к регулярным занятиям футболом с 10–12 лет и тренироваться 10 лет. В семидесятые годы именно с 10 лет производился набор в спортивные школы. До этого дети приобретали значительный опыт в естественных условиях игры «улично-дворового» футбола, что позволяло каждому ребенку приобрести достаточно высокий уровень технико-тактического мастерства, но самое главное — стать креативной личностью. Реалии сегодняшнего дня: на смену «улично-дворовому футболу» пришел

«организованный футбол». Сейчас детей стали отбирать, а чаще набирать с шестилетнего возраста. Основным стал (и до настоящего времени сохраняется) подход к содержанию тренировочного процесса, основанный на применении однообразных двигательных заданий с акцентом на физическую подготовку, а с учетом раннего участия в регулярных соревнованиях с девяти лет — форсирование тренировочного процесса и возрастание нагрузок. Негативное влияние этого аспекта в контексте подготовки юных футболистов определяется выбранными средствами для их реализации. Посадить мальчишек за

«футбольные» парты, заменив игру двигательным заданием, — это значит начать обучение детей футболу с уничтожения у них всякого стимула к самостоятельному действию, свободе мышления, беспрекословному выполнению задания. Необходимо помнить, что творчество детей — это самовыражение, самоутверждение, а не выучка. Принципиально важно в возрасте с шести до девяти лет вернуться к детской «природе», нивелировать значимость спортивного результата, создать условия для полноценного усвоения программ подготовки. Такой подход давно нашел глубокое понимание во многих футбольных странах Европы и мира, где дети начинают заниматься футболом с раннего возраста: Аргентина, Германия, Франция, Англия, Бразилия, США — с пяти – шести лет; Италия, Япония — с шести – семи лет; Испания, Греция, Болгария — с семи – девяти лет. Задачи на этом этапе должны быть направлены на укрепление здоровья, разностороннюю физическую подготовку, устранение недостатков в уровне физического развития, обучение технике с широким применением материала разных видов спорта, подвижных игр и игрового метода, т. е. заложить разностороннюю базу общих и специальных двигательных навыков.

Следует отметить, что многие дети начинают интересоваться футболом с трех лет, а также в школьном возрасте, когда они получают огромное удовольствие от игры в футбол со своими друзьями в свободное время, помимо тренировок в клубе. Качество и привлекательность обучения, атмосфера в команде и клубе играют определяющую роль для долгосрочного обучения детей, а позже предоставляют им возможность играть на профессиональном уровне. Дети должны испытывать наслаждение от игры в футбол, если только для тренера не является

приоритетным копирование методов тренировки квалифицированных футболистов, тренер должен строить тренировочный процесс в соответствии с детской философией. Игры и игра в футбол в клубе должны иметь целевую направленность, т. е. на высоком уровне мотивации обеспечивать соответствующее возрасту разностороннее развитие: физическое, психическое, социальное и эмоциональное.

Цели:

1. Укрепление здоровья через выполнение разнообразных двигательных заданий различной координационной сложности, развитие индивидуальных способностей, координации движений и навыков работы с мячом («чувство мяча»).
2. Создание радостной атмосферы и желания играть в футбол, благоприятный возраст для начального знакомства и обучения футболу посредством игровой философии «забить мяч в ворота — защитить ворота».
3. Обучение наиболее важным техническим приемам: дриблинг, удары внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема, ведение с передачей и приемом мяча, обманные движения.
4. Утверждение самосознания детей через отношение к победам и поражениям.
5. Содействие развитию целостной личности с акцентом на креативность, уверенность и мужество.

Основная направленность:

1. Разносторонность обучения с выполнением бега и ловли мяча в игровой форме, простые задания с преодолением препятствий и др.
2. Задания с использованием всевозможных вспомогательных средств и инвентаря.
3. Универсальность заданий с выполнением ударов по катящемуся, прыгающему и летящему мячу.
4. Постоянный игровой тонус. Мини-игры по упрощенным правилам (не только футбол).
5. Ведение мяча вокруг различных препятствий.
6. Удары по неподвижному и катящемуся с небольшой скоростью мячу в цель (например, коробки, ящики).
7. Соревнования в соответствии с возрастными особенностями, количественным составом команды, форматом поля и по упрощенным правилам.

Правила:

1. Здоровье детей, прежде всего.
2. Самоуважение и уверенность в себе через положительный игровой опыт.
3. Социальное воспитание детей, посредством групповой формы проведения занятий, при которой происходит быстрая и легкая интеграция мальчиков и девочек разных национальностей и разных социальных слоев населения.
4. Всегда обеспечивать безопасную обстановку и положительную атмосферу.
5. При обучении никогда не оказывать физического и психологического давления.

6. Знать детскую психологию, поддержка особо ранимых детей.
7. Быть примером, учить ценностям, проявлять активный интерес к детям.

Принципы:

1. Разнообразие игр и заданий.
2. Простые задания с положительной мотивацией.
3. Разнообразие заданий с мячом.
4. Игровой характер выполнения заданий и в небольших группах.
5. Много положительных эмоций через достижение успеха.
6. Внимание каждому ребенку. Задания в соответствии с возможностями детей.
7. Поддержка детей в их желании стать знаменитыми.
8. Радость и желание играть в футбол, используя принципы «уличного футбола» (простые правила игры).
9. Свобода действий в игре, развитие творчества.
10. Обучение и развитие. На первом месте — воспитание личности (с точки зрения человеческих качеств), на втором — общее образование и только на третьем — футбольное обучение.
11. Силовые возможности через игру. Выполнение заданий с преодолением собственного веса тела идеально подходит для детей во время проведения занятий.
12. Отсутствие мотивации на победу, только в исключительных случаях.
13. Все должны быть вратарями. В играх и игровых заданиях каждый ребенок должен регулярно выступать в роли вратаря.