

УДК: 796.332

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ФУТБОЛИСТОВ, ИГРАЮЩИХ В ОСНОВНОМ И МОЛОДЕЖНОМ СОСТАВЕ КОМАНДЫ

ЛАШКЕВИЧ С.В.

Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины, г. Гомель, Беларусь

Аннотация. Представлены результаты специальной физической и технической подготовленности команд по футболу дублирующего (U-17) и основного состава команды «Локомотив Гомель». Полученные результаты показали, что игроки дублирующего состава ни в одном контрольном упражнении не демонстрируют показатели, которые лучше, чем у футболистов основной команды. Сравнительный анализ показал, что молодые игроки выглядят гораздо слабее своих старших коллег. **Ключевые слова:** футбол, интенсивность, упражнение, контроль, техника, игроки, скорость, амплуа, тест, бег.

PHYSICAL FITNESS COMPARATIVE ANALYSIS OF MAIN AND YOUTH TEAMS FOOTBALL PLAYERS

LASHKEVICH S.V.

F. Skorina Gomel State University, Gomel, Republic of Belarus

Abstract: The special physical and technical training results of the "Locomotive Gomel" football (U-17) and the main team are presented. The results showed that the U-17 players do not demonstrate better indicators than main team players in any control exercise. The comparative analysis has shown that the young players look much weaker than their senior colleagues, but it can be noted that some U-17 players show higher results than the main team players do on average.

Key words: football, intensity, exercise, control, technique, players, speed, role, test, running.

Футбол можно охарактеризовать как деятельность с непостоянством условий выполнения действий, отсутствием стереотипности в них и повторения стандартных ситуаций [4, 7]. Двигательная деятельность футболистов в игре - есть сумма отдельных приемов, органически соединенных в динамическую систему, регулируемую согласно принципам обратной связи, благодаря чему усилие, ускорение, траектория и другие характеристики движений «удерживаются» в нужных границах и обеспечивают устойчивость и надежность функционирования сложных подвижных систем игровых действий [1, 2,

4, 9].

Важное значение в футболе имеет индивидуальное мастерство в проявлении двигательных качеств и технико-тактического мастерства. При этом показатели скоростных, скоростно-силовых и координационных способностей должны находиться на достаточно высоком уровне [1, 4, 5, 8, 10].

В рейтинге ФИФА сборная Беларуси по футболу на сегодняшний день утрачивает свои позиции. Если в марте 2016 г. сборная занимала 64 место, то в июне 2020 года сборная потеряла свои позиции и на данный момент занимает 87 место. В связи с этим, необходимо расширить поиск путей повышения качества подготовки футболистов различной квалификации. При этом очень злободневно становится вопрос о подготовке спортивного резерва.

Цель исследования - провести сравнительный анализ технической, физической подготовленности между квалифицированными футболистами и игроками дублирующего состава (U-17).

В ходе исследования проводился анализ научно-методической литературы, педагогическое тестирование по параметрам: физическая кондиция (время пробегания 30 м, результаты прыжка вверх и в длину с места); техническая готовность (штрафные удары, 11-ти метровый штрафной удар, тест «конверт» с мячом). В исследовании приняли участие футболисты основной команды (22 человека) и 19 игроков дублирующего состава (U-17).

Исследование показало, что техническая подготовленность в штрафных и 11-ти метровых ударах, а также владение мячом лучше у более опытных игроков (таблица 1).

Таблица 1. – Показатели футболистов в контрольных упражнениях

Контрольные упражнения	Основная команда (n=22)	Дублирующий состав (n=19)
Бег 30 м, с	4,04±0,19	4,36±0,23
Прыжок с места в длину см	267±12	241±17
Прыжок в высоту, см	49,2±4,3	42,4±5,4
Штрафные удары (5 ударов), кол.	2,9±2,1	1,1±3,2
11-метровый удар (5 ударов), кол.	4,2±0,9	3,4±2,8
Тест «конверт» с мячом, с	24,3±1,3	29,7±3,4

Ни в одном контрольном упражнении игроки дублирующего состава не показывают результат лучше, чем более опытные футболисты. Качество выполнения точных штрафных ударов так же выше у игроков основной команды (2,9±2,1уд.) при том, что у более младших игроков средний результат составил 1,1±3,2 уд.

Результат бега на 30 метров лучше у команды мастеров на 0,32 с. и составляет 4,04 с, а у игроков дублирующего состава 4,36 с. Прыжок в высоту с места у опытных игроков составляет 49,2 см, а у спортсменов дублирующего состава 42,4 см. Квалифицированные футболисты в прыжке в длину с места показали в среднем 267 ± 12 см, а игроки дублирующего состава 241 ± 17 см, что говорит о более высоком уровне скоростных и скоростно-силовых возможностей футболистов основного состава [5, 10].

«Конверт» – тест, который демонстрирует координационные способности и уровень владения мячом игрока.

В данном тесте футболисты основной команды показали результат $24,3 \pm 1,3$ с., а игроки дублирующего состава продемонстрировали время хуже - $29,7 \pm 3,4$ с.

Полученные данные свидетельствуют о том, что игроки команды дублирующего состава значительно уступают квалифицированным игрокам по всем параметрам. Так, например, в беге на 30 метров они отстают от своих старших коллег на 0,32 с. В прыжке в длину с места они проигрывают 26 см, а в высоту с места 6,8 см.

Но более значительно отстает техническая подготовленность игроков. Если игроки основной команды со штрафного удара забивают, в среднем, $2,9 \pm 2,1$ уд., то дублёры только $1,1 \pm 3,2$ уд. При этом большой коэффициент вариации свидетельствует о нестабильности молодых футболистов в выполнении этого технического параметра.

Одиннадцатиметровый штрафной удар команда мастеров точно выполняет $4,2 \pm 0,9$ раза из 5-ти ударов, а их младшие коллеги только $3,4 \pm 2,8$ раза. Умение владения мячом так же оставляет желать лучшего. В тесте «конверт» с мячом команда мастеров справляется за $24,3 \pm 1,3$ с, а игроки дублирующего состава за $29,7 \pm 3,4$ с. Это говорит, как о слабой технической и кондиционной подготовленности молодых футболистов, так и о том, что в детском возрасте им не уделяется достаточно внимания для совершенствования доминантных в футболе навыков.

Литература

- 1 Бидзински, М. Искусство первого касания мяча. Как подготовить техничного футболиста / М. Бидзински. – Нижний Новгород: Квартал, 2009. – 146 с.
- 2 Врублевский, Е.П. Методологические основы индивидуализации подготовки квалифицированных спортсменов / Е.П. Врублевский, Д.Е. Врублевский // Теория и практика физической культуры. – 2004. - №6. - С.46.
- 3 Врублевский, Е.П. Модели тактики игры в футбол: монография / Е.П. Врублевский, В.М. Костюкевич. - М.: Спорт, 2020. – 168 с.
- 4 Костюченко, В.Ф., Особенности индивидуальной тренировочной деятельности спортсменов высокой квалификации в годичном цикле подготовки / Костюченко В.Ф., Врублевский Е.П. // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2009. – № 3 (49). – С. 39-43.

- 5 Мирзоев, О.М. Научно-методические основы формирования специальной подготовленности легкоатлетов. Спринтерский и барьерный бег / О.М. Мирзоев, В.М. Маслаков, Е.П. Врублевский. – М.: РГУФКСИТ, 2007. – 352 с.
- 6 Привалов, А.В. Пространственная ориентация как отражение координационных способностей футболистов / А.В. Привалов // Актуальные проблемы адаптивной физической культуры и адаптивного спорта: образование, наука, практика, перспективы развития: матер. Междунар. научно-практ. конф. – Sterlitaмак: Фобос, 2016. – 266 с.
- 7 Тюленьков, С.Ю. Теоретико-методические подходы к системе управления подготовкой футболистов высокой квалификации: монография / С.Ю. Тюленьков. – М.: Физическая культура, 2007. – 352 с.
- 8 Kostiukevych, V., Skrypko A., Vrublevskiy E., Lamcha Ł. Tactics and movement control in football: monografia. Kalisz: Kaliskie Towarzystwo Przyjaciol Nauk, 2020. 160 p.
- 9 Little, T. Measures of exercise intensity during soccer training drills with professional soccer players / T. Little, A.G. Williams // J. Strength Cond. Res. – 2007. – Vol. 21. – № 2. – 69 p.
- 10 Vrublevskiy E.P., Sevdalev S.V., Lashkevich S.V., Gerkusov A.S. Modelling of the competitive activities of qualified female short-distance runners, taking into account their individual characteristics. // Physical education of student. - 2019. - No. 6. - pp. 269-275.