

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/diplomnaya-rabota/343897>

**Тип работы:** Дипломная работа

**Предмет:** Физическая культура и спорт

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ ИНТЕГРАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ В ТЕОРИИ И ПРАКТИКЕ.....	
7	
1.1. Характеристика видов подготовки спортсменов, занимающихся футболом.....	
7	
1.2. Футбол как вид спорта и средство физического воспитания.....	
16	
1.3. Характеристика этапа начальной подготовки в футболе... 18	
1.4. Особенности методики различных видов подготовки в футболе.....	
22	
ГЛАВА 2. СОДЕРЖАНИЕ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ОСОБЕННОСТЯМ РЕАЛИЗАЦИИ ИНТЕГРАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ.....	
34	
2.1. Организация и методы исследования.....	34
2.2. Содержание констатирующего эксперимента.....	35
2.3. Содержание экспериментальной работы.....	40
2.4. Анализ результатов экспериментальной работы.....	45
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	49
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	51

### Характеристика видов подготовки спортсменов, занимающихся футболом

Современное позиционирование футбола как вида спорта выдвигает очень высокие стандарты и требования к спортсменам. Условием успешной спортивной карьеры является то, что вам необходимо обладать большим количеством навыков и некоторыми качествами для правильного физического развития, а все системы органов должны быть в хорошем состоянии. Высокая степень профессионального владения техникой, правильная тренировка могут быть проведены только в случае регулярных систематических тренировок, и возможно увеличение сбалансированного типа нагрузки, в течение этого периода, на различные группы мышц, на всю опорно-двигательную систему.

В целостном процессе спортивной подготовки традиционно принято выделять следующие разделы (виды) подготовки футболистов:

- 1) физическая;
- 2) техническая;
- 3) тактическая;
- 4) теоретическая;
- 5) психологическая;
- 6) интегральная.

Техническая подготовка – совокупность специальных приемов, используемых в игре в различных сочетаниях для достижения поставленной цели.

Особое внимание в тренировочном процессе следует уделить технической составляющей. Техника в футболе – это технические приемы с мячом, применяемые в играх и тренировочном процессе. При изучении

любого технического элемента в учебно-тренировочном процессе используют рассказ, показ и практическое опробование разучиваемого двигательного действия.

Под техникой футболистов определяют систему комплексных приемов. И прежде всего уровень подготовленности обучающихся, занимающихся футболом находится в зависимости от успешности познания ими всевозможных технических приемов и правильного их использования во время разрешения разнообразных тактических задач.

Техника способна оказывать воздействие на разнообразные направления подготовки обучающихся, занимающихся футболом. Так, между технической подготовкой, уровнем двигательных способностей, а также психологических качеств футболиста все время будет существовать определенная взаимосвязь. Во время игры футболист должен быстро, а также точно понимать изменения, которые происходят на поле, переключаться на нужную ситуацию и моментально реагировать результативным приемом в направлении команды соперников. И как результат техника имеет непосредственную взаимосвязь с тактикой и находится в определенной зависимости от последней и оказывает воздействие на ее формирование. Тактика — это комплекс индивидуально-коллективных действий, а значит определенное взаимодействие внутри команды по конкретно разработанному плану, который состоит из средств, вариантов, видов нападающих, а также оборонительных действий при помощи которых можно с определенным усилием противостоять конкретной команде противника. Развитие всевозможной тактической подготовки состоит из применения во время тренировочного процесса простых, а также усложненных и самых трудных заданий.

Физическую подготовку можно определить в качестве варианта развития физических качеств, а также общего показателя функциональных данных занимающихся, всевозможного физического развития которая подразделяется на: общую, а также специальную.

#### СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Алиев С.А. Особенности основных антропометрических и физиологических показателей подростков в процессе занятий футболом // Современный футбол. Казань. 2018. С. 138-143.
2. Андреев М.М. Особенности применения 3-го урока физической культуры с элементами футбола // Физическая культура. – 2021. – № 1. – С. 5.
3. Артемьева Н.К. Биологические и педагогические основы подготовки юных футболистов / Н.К. Артемьева, В.В. Лавриченко, В.Н. Середа - Краснодар: КГУФКСТ, 2019. - 68 с.
4. Барков, В.А., Ковель, С.Г., Кураш, В.П., и др. Научно-методические подходы к формированию у школьников техники игры в футбол на основе развития целевой точности движений. Монография, Гродно: ГрГУ, 2016. - 103 с.
5. Богданов Н.В., Рудов В.М. Методические рекомендации по организации и планированию учебно-тренировочного процесса в футбольных командах области / Н.В. Богданов, В.М. Рудов. – Белгород, 2015. - 156 с.
6. Васильков А. А. Теория и методика физического воспитания. – Ростов-н/Д: Феникс, 2018. – 381 с.
7. Варюшин В.В. Тренировка юных футболистов // Спорт в школе. – 2021. – № 12. – С. 9-16.
8. Волик П.И. Влияние занятий футболом на организм подростка // Материалы международного молодежного научного форума. – Ульяновск: Ульяновский государственный педагогический университет им. И.Н. Ульянов, 2018. – С. 230-233.
9. Годик М.А. Физическая подготовка футболистов / М.А. Годик. – М.: Терра – Спорт, Олимпия Пресс, 2016. – 289 с.
10. Григорович И.Н., Гришко А.В. Особенности развития скоростно-силовых способностей на секционных занятиях с начинающими футболистами // В сборнике: ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В ЖИЗНИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЁЖИ Материалы 3-й Международной научно-практической конференции. 2017. С. 256-262.
11. Губа В.П. Современные подходы к комплексной психолого-педагогической оценке эффективности деятельности тренера в профессиональном спорте / В.П. Губа, В.В. Маринич, Н.В. Поздняк // Спортивный психолог, 2015. -№ 1(36). -С. 32-36.
12. Губа В.П. Теория и методика футбола: учебник/В.П. Губа, А.В. Лексаков. - М.: Спорт, 2015. - 568 с.
13. Губа, В.П. Методология подготовки юных футболистов: учебно-методическое пособие / В.П. Губа, А. Стула. - М.: Человек, 2015. - 184 с.
14. Губа, В.П. Подготовка футболистов в ведущих клубах Европы: монография / В. Губа, А. Стула, К. Кромке.

- М.: Спорт, 2017. - 269 с.

15. Губа, В.П. Комплексный контроль интегральной функциональной подготовленности футболистов: монография / В.П. Губа, А.А. Шамардин. - М.: Советский спорт, 2015. - 284 с.
16. Губа, В.П. Футбол: учебник / В.П. Губа. - М.: Спорт, 2018. - 660 с.
17. Гордеева Т.Е. Физическая подготовка футболистов // Аллея науки. 2018. Т. 5. № 4 (20). С. 908-910.
18. Губа В. Подготовка футболистов в ведущих клубах Европы: монография / В. Губа, А. Стула, К. Кромке. - М.: Спорт, 2017. - 269 с.
19. Гуровец Г.В. Возрастная анатомия и физиология. - М.: ВЛАДОС, 2019. - 431 с.
20. Денисенко Д.С. Особенности развития физических качеств юных футболистов // Современный футбол. Казань. 2018. С. 24-27.
21. Загrevский В.И. Биомеханические аспекты технической подготовки спортсмена // Физическая культура и спорт. 2018. С. 222-227.
22. Золотарев, А.П. Структура и содержание многолетней подготовки спортивного резерва в футболе / А.П. Золотарев // Теория и практика физической культуры. - 2017. - №1. - С. 89-93.
23. Золотарев, А.П. Подготовки спортивного резерва в футболе / А.П. Золотарев // Теория и практика физической культуры. - 2015. - № 3. - 12 с.
24. Заваров А. Футбол для начинающих. Основы и правила /А. Заваров. - С-Петербург: Питер, 2015. - 115 с.
25. Иванов Н.В., Ларин О.С. Повышение технической подготовленности футболистов групп начальной подготовки // Ученые записки университета Лесгафта. 2016. №1 (131). С.95-97
26. Иванов Н.В. Динамика корреляционных связей двигательных способностей юных футболистов 11-13 лет / Н.В. Иванов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. - 2015. - № 1 (119). - С. 83-86.
27. Каныгин С.В. Методика развития отстающих физических качеств у юных футболистов 5-6 лет // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2016. № 1. С. 58.
28. Кольвах Ю.В. Нормирование специализированных нагрузок различной координационной сложности квалифицированных футболистов в подготовительном периоде / Ю.В. Кольвах: дис...канд. пед. Наук Краснодар, 2020. - 186 с.
29. Криличевский, В.И., Семенова А.Г., Бекасова С.Н. Педагогика физической культуры: Учебник. - М.: КНОРУС, 2019. - С. 189
30. Лукин Ю.К., Корзун Д.Л. Проблемы быстрой адаптации к начальной профессиональной деятельности тренеров в детско-юношеском футболе // В сборнике: Современные проблемы физической культуры и спорта в XXI веке Сборник материалов XI международной научно-практической и учебно-методической конференции. 2018. С. 199-202.
31. Лапшин О. Учимся играть в футбол. Планы уроков / О. Лапшин. - М.: Человек, 2015. - 256 с.
32. Леонтьева М.С., Суслов С.И. Организационно-методические условия повышения качества технической подготовленности юных футболистов 10-11 лет // Известия ТулГУ. Гуманитарные науки. 2015. №4. С. 92-99.
33. Максименко И.Г., Самер М.Д. Исследование эффективности традиционной системы подготовки 6-10-летних школьников, занимающихся футболом // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. 2014. № 5. С. 50-54.
34. Матяш В.В. Методика технической подготовки футболистов на этапе предварительной базовой подготовки // ППМБПФВС. 2015. №4. С.47-51.
35. Маринич В.В. Сравнительный анализ влияния индивидуально-психологических качеств юных футболистов различных квалификаций на уровень их технической и физической подготовленности/В.В. Маринич, В.П. Губа // Спортивный психолог. - 2020. - № 1(19). - С. 28-32.
36. Матяш В. В., Митова Е. А. Анализ последовательности обучения техническим приемам юных футболистов // ППМБПФВС. 2021. №11. С.72-76.
37. Можаяев Э.Л. Футбол с методикой преподавания. Казань: Отечество, 2017. С. 195.
38. Полишкис М.М., Шагин Н.И. Интегральная подготовка юных футболистов 5-6 лет на спортивно-оздоровительном этапе тренировки // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2015. № 5. С. 66.
39. Скрыгин С.В. Структурные элементы программы подготовки юных футболистов // Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Под общей редакцией Жуковой О.В. 2018. С. 346-350.
40. Сергеев М.В. Развитие скоростных способностей футболистов 12 - 13 лет // Современный футбол. Казань. 2018. С. 90-92.
41. Сучилин А.А. Подготовка олимпийского резерва в футболе. Волгоград: Принт, 2017. 236 с.

42. Теория и методика избранного вида спорта (спортивные игры): Курс лекций / В.А. Талай, А.В.Железнов, М.Д.Пугачев, Е.Г.Уткин, В.А. Хлопцев, Е.Л. Зубрицкая,; Под общ.ред. В.А. Талай. – Витебск: Издательство УО «ВГУ им. П.М. Машерова», 2018. – 198 с.
43. Фаттахов Р.В. Сенсативные периоды развития физических качеств в футболе // Современный футбол. Казань. 2018. С. 315-319.
44. Шагин Н.И. Интегральные компоненты начальной подготовки обучающихся в футболе // Спортивно-педагогическое образование: сетевое издание. 2018. № 3. С. 15-18.
45. Шагин Н.И. Оценка эффективности методики формирования двигательных умений начинающих футболистов // Вестник спортивной науки. 2018. № 6. С. 28-30.
46. Шагин, Н.И. Интеграция средств физической и технической подготовки обучающихся 5-6 лет, занимающихся футболом: дис.... канд. пед. наук: 13.00.04/Н.И. Шагин. - М., 2017. -148 с.
47. Шагин Н.И. Педагогические аспекты технологии успешной подготовки юных футболистов // Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Под общей редакцией Жуковой О.В. 2018. С. 422-425.
48. Шагин Н.И. Педагогические аспекты технологии успешной подготовки юных футболистов // Теория и практика физической культуры. 2018. № 5. С. 40. Шагин Н.И. Взаимосвязь интегральной оценки физической и технической подготовленности начинающих футболистов 5-6 лет // Теория и практика физической культуры. 2015. № 2. С. 100.
49. Шагин Н.И. Оценка двигательной подготовленности начинающих футболистов различных возрастных групп // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2018. № 6. С. 61.
50. Шагин Н.И. Эффективность начальной технической подготовки футболистов дошкольного возраста // Теория и практика физической культуры. 2018. № 12. С. 11.
51. Шенделев Д.Е. Использование современных средств и методов развития физических качеств у футболистов // Инновационные технологии в технике и образовании. - 2015. - С. 198-202.

*Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:*

<https://stuservis.ru/diplomnaya-rabota/343897>