

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СМОЛЕНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

Факультет заочного обучения

Кафедра теории и методики футбола и хоккея

Заведующий кафедрой

_____ В.А. Перепекин

«__» _____ 2017г.

ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ У ФУТБОЛИСТОВ
13-15 ЛЕТ НА ЭТАПЕ УГЛУБЛЕННОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ В
ЗАВИСИМОСТИ ОТ АМПЛУА

Выпускная квалификационная работа бакалавра
по направлению 49.03.01 «Физическая культура»

Студент-исполнитель _____ Рединов Е.А.

Научный руководитель

к.п.н., ст. преподаватель _____ Семенов М.М.

Оценка за работу _____

Председатель ГЭК

Начальник Главного

Управления спорта

Смоленской области _____ Заенчковский Э.М.

Смоленск 2017

ОГЛАВЛЕНИЕ

	Стр.
ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. СОСТОЯНИЕ ВОПРОСА.....	6
1.1. Проблемы эффективности физической подготовки футболистов.....	6
1.2. Динамика физической подготовленности юных футболистов.....	10
1.3. Физическая подготовленность футболистов разных игровых амплуа.....	14
ГЛАВА 2. ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	17
2.1. Задачи исследования.....	17
2.2. Методы исследования.....	17
2.3 Организация исследования.....	19
ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ.....	21
3.1. Показатели физической подготовленности футболистов 13-15 лет различного амплуа.....	21
3.2. Динамика физической подготовленности футболистов 13-15 лет в соревновательном периоде годичного цикла подготовки.....	26
ВЫВОДЫ.....	32
ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ.....	34
ЛИТЕРАТУРА.....	36

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Одно из главных мест в стратегии развития футбола в нашей стране занимает направление, связанное с подготовкой юных футболистов. Физическая подготовка является неотъемлемой частью комплексной системы подготовки спортивного резерва (Г.В. Монаков, 2007; М.А. Годик, 2008).

Проблема физической подготовки в спорте является одной из наиболее острых. Разработкой данной проблемы занимались Л.П. Матвеев (2001), В.Н. Платонов (1997, 2005), Н.И. Волков (1990) и многие другие. Однако практика подготовки футболистов в условиях детско-юношеских спортивных школ показывает явную недостаточность научно-методического обеспечения физической подготовки юных футболистов на этапе углубленной специализации.

Анализ специальной литературы по вопросам подготовки юных футболистов показывает, что в настоящее время среди ряда проблем, связанных с организацией учебно-тренировочной деятельности на передний план выходят вопросы индивидуализации. В наибольшей степени, по нашему мнению, это относится к футбольному вратарю, специфика игровой деятельности которого значительно отличается от полевых игроков, но также важно и для игроков других амплуа.

Из всего многообразия работ по теории, тактике и методике футбола (А.И. Шамардин, 1979; И.А. Клесов, 1991; Н.М. Люкшинов, 2006 и др.) лишь в некоторых из них несколько фрагментарно, затрагиваются вопросы физической подготовки футболистов в связи с их игровой специализацией.

В этой связи сложилась проблемная ситуация, характеризующаяся наличием противоречий между необходимостью повышения физической подготовленности и отсутствием эффективных научно обоснованных методик подготовки футболистов к специализированной деятельности с учетом игровых амплуа на этапе углубленной специализации. Отсутствие надежных методик оценки физической подготовленности футболистов различных игровых

специализаций влечет за собой невозможность эффективного управления командой в соревновательном периоде годичного цикла подготовки.

Острая необходимость разрешения обозначенной проблемной ситуации в системе подготовки футболистов 13-15 лет обуславливает актуальность настоящего исследования.

Настоящая система противоречий обуславливает необходимость пристального изучения динамики физической подготовленности футболистов 13-15 лет различных игровых амплуа.

Не разработанность данной проблемы в научно-методической литературе, потребность практики в научно обоснованных рекомендациях по организации процесса физической подготовки юных футболистов в свете все более углубляющейся специализации игроков указывают на актуальность выбранной темы исследования.

Цель исследования – изучить динамику физической подготовленности футболистов 13 -15 лет на этапе углубленной специализации в зависимости от игрового амплуа.

Объект исследования – физическая подготовка юных футболистов на этапе углубленной специализации.

Предмет исследования – показатели физической подготовленности футболистов 13-15 лет различных игровых амплуа.

Гипотеза исследования. Предполагалась, что уровень физической подготовленности юных футболистов на этапе углубленной специализации формируются в соответствии с их игровыми функциями под влиянием игровой деятельности и специфических средств тренировки.

Научная новизна исследования заключается в том, что на основе анализа результатов контрольных испытаний выявлены различия в уровне и структуре физической подготовленности футболистов 13-15 лет в зависимости от их игровой специализации.

Практическая значимость. Разработаны практические рекомендации по организации контроля физической подготовленности юных футболистов

различных игровых амплуа. Полученный материал может быть использован в учебно-тренировочном процессе футболистов 13 – 15 лет на этапе углубленной специализации с учетом специфики деятельности игроков.