

ТЕХНИЧЕСКАТА ПОДГОТОВКА ПО ФУТБОЛ НА УЧЕНИЦИТЕ ОТ НАЧАЛНИЯ ЕТАП НА ОСНОВНАТА ОБРАЗОВАТЕЛНА СТЕПЕН

Стефан Х. Базелков

TECHNICAL GETTING IN FOOTBALL STUDENTS FROM THE INITIAL STAGE OF THE BASIC EDUCATIONAL LEVEL

Stefan H. Bazelkov

ABSTRACT: The report analyzes the the dynamics of the technical preparations in football the students from second grade. Through a analysis of the results is established the influence of lesson activities, football onto the motor and coordination abilities of students from second grade.

KEYWORDS: football, technical preparation, coordination abilities, training, sport.

Изследването е финансирано по проект № РД-08-89/03.02.2017 г. от параграф на фонд „Научни изследвания” на ШУ „Епископ Константин Преславски”.

Футболната игра е най-масовият спорт и се радва на изключителна популярност сред хората от всички възрасти. Това се дължи на обстоятелството, че във него може да се открие талант, фантазия, физически възможности и интелект. Играта привлича вниманието на децата още в най-ранна възраст, както на момчетата, така и на момичетата. Естественят характер на извършваните действия и движения, тяхната емоционално-волева наситеност определят достъпността на играта, правят я любимо занятие за всички ученици.

При децата от началния етап на основната образователна степен настъпват съществени изменения в развитието на двигателните възможности. За да се постигне необходимата спортно-техническа подготовка по различните спортни дисциплини, е необходима системна и целенасочена работа. Използваните средства, методи и форми трябва да бъдат съобразени с възрастовите особености и да целят повишаване на ефективността на образователно-възпитателния процес

Важно значение за постигане на целта на физическото възпитание имат спортните игри. Те са със силно изразен емоционален, интелектуален и волеви характер. Под тяхното въздействие се развиват способностите за анализ, синтез и вземане на правилни решения. Това се отразява положително при формирането на оперативно мислене и умствената дейност.

Разучаването на основните елементи от техниката, тактиката и провеждането на двустранни игри развиват междуличностни отношения у децата и изграждат ценни нравствени качества. В процеса на заниманията със спортни игри се въздейства върху двигателните качества на учениците, техните координационни способности и се повлиява способността за ориентация в пространството и времето. Запознаването на децата със същността на футболната игра подпомага мотивационната сфера и изграждането на трайни навици за занимания с физически упражнения и спорт.

При обучението по футбол в началния етап възникват проблеми, поради това че децата са емоционални и нетърпеливи за започване на същинската игра, без да са усвоили на необходимото ниво основните технически действия. При преждевременно започване на игрите, обаче се получават посредствени резултати – слаба ефективност, елементарна игра, прекалено голяма индивидуалност, чести спорове и отрицателни емоции, недостатъчно физическо натоварване и неудовлетвореност на по-голямата част от учениците. Необходимо е учениците да осъзнават смисъла на началното обучение, като учебният материал се поднася на достъпно ниво и е лесен за усвояване.

В своята педагогическа дейност началните учители решават образователните задачи само до овладяване на основното звено от техниката на физическите упражнения. При спортно-подготвителните упражнения и особено за футболните елементи от техниката, предвидени за усвояване в II-ри клас, трудно може да се постигне необходимата детайлизация и съвършенство.

Една от отличителните характеристики на играта е нейното разнообразие, както при техническите действия с топка, така и при движението без топка. Ефективността на тези действия и движения зависи от целесъобразността, своевременността и точността при изпълнението им. Съвкупността от всички специфични действия (технически похвати с и без топка), които футболистът извършва по време на игра, определя техниката като раздел на играта [1].

При обучението по футбол техническата подготовка се явява основна база за цялостната подготовка по футбол и е най-верният атестат за компетентността на преподавателя и двигателната активност на учениците [4,5,6].

Анализът на достъпни литературни източници ни даде основание да формулираме **хипотезата** на нашето изследване. Тя се съдържа в предположението, че разработването и внедряването на модел за начално обучение по футбол във втори клас ще подпомогне решаването на основните задачи за изпълнение на Държавните изисквания и стандарти по физическо възпитание и спорт.

Целта на изследването е да се проучат някои страни на влиянието на урочните занимания по физическо възпитание чрез използване средствата на футболната игра за развиване на двигателните способности на учениците от втори клас.

Задачи на изследването

1. Установяване влиянието на урочните занимания по футбол върху двигателните координационните способности на учениците от II клас;
2. Разработване на моделно съдържание на урочната работа по физическо възпитание за ученици от II клас за усвояване основите на техниката на играта.
3. Експериментално апробиране на модел за начално обучение по футбол с ученици от II клас.

Предмет на изследването са условията, факторите и възможностите за внедряване на модел за обучение на учениците от II клас в техниката и по футбол.

Обект на изследването са: Количествените показатели, характеризиращи техническата подготовка по футбол на учениците от втори клас.

Анализ на резултатите

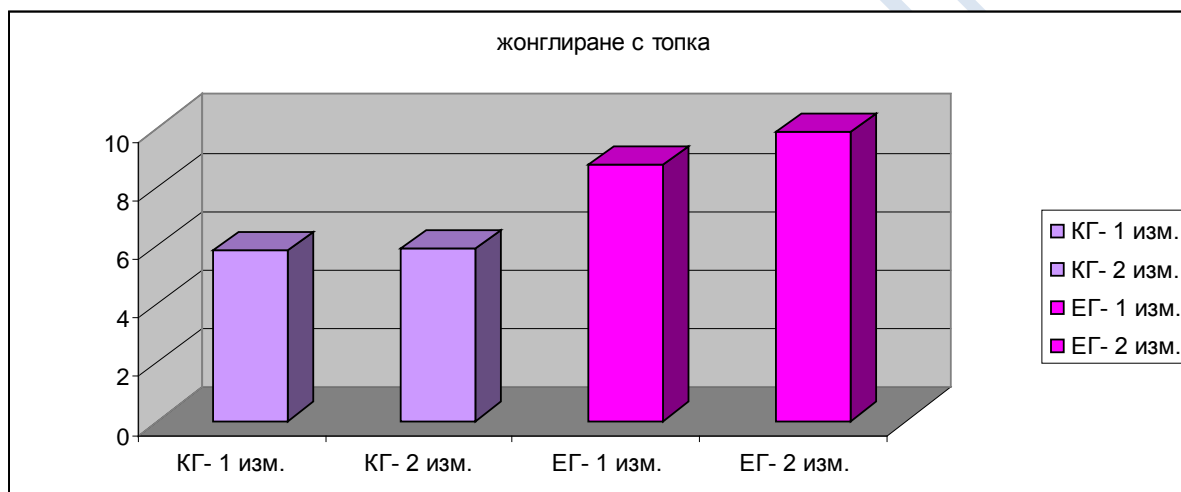
Динамиката на техническата подготовка на учениците от втори клас диагностицирахме с помощта на тестова батерия за количествена проверка на техните координационни способности.

Динамика на показателите за техническа подготовка на 8-годишни ученици – II-ри клас от контролната група

№	Тестове	n	Xmin	Xmax	R	Av %прираст	Sx	V%
1	Жонглиране с топка	20	1	12	11	5.8	3.2	55%
			2	10	8	5,9-2%	3,2	41%
2	Удар в далечина с ляв крак	20	3	18	15	11.27	4.50	40%
			5	15	10	10,8- -4%	3,3	31%
3	Удар в далечина с десен крак	20	5.5	13.3	7.8	9.39	2.50	26%
			3	15	12	9,47-1%	2,82	29%
4	Удар във верт. цел с ляв крак	20	0	4	4	1.4	1.2	86%
			0	4	4	1,7-21%	1,4	82%

5	Удар във верт. цел с десен крак	20	0	7	7	3	2.2	73%
			1	7	6	4,1-37%	2	49%
6	Удар в хоризонт. цел с ляв крак	20	0	4	4	1.9	1.2	63%
			0	4	4	1,8- -5%	1	61%
7	Удар в хоризонт. цел с десен крак	20	0	3	3	1.3	0.8	62%
			0	3	3	1,7-31%	0,9	53%

Тестът жонглиране с футболна топка при КГ и ЕГ разкри увеличение на броя на докосване на топката. Регистрираното увеличение за ЕГ – 1.2 докосвания е по-голямо от това на КГ, което е само 0.1 докосвания. Подобряването на усета към топката и способността тя да се контролира, се развива скокообразно и различно за отделните ученици в зависимост от индивидуалните им възможности и особености.



Вариативността на постиженията потвърждава това с високи стойности на коефициента на вариация, както за КГ, така и за ЕГ. Въпреки това най-нисък коефициент отчитаме за ЕГ в края на периода – $V\%=32\%$. Според В. И. Козловски 8-10 годишните футболисти в края на периода на начална спортна подготовка трябва да могат да жонглират с топка минимум 5.3 пъти ± 0.1 . От гледна точка на тези изисквания можем да определим, че резултатите в ЕГ са показател за положително въздействие при обучението на учениците от втори клас по футбол.

Чрез теста удар в далечина с ляв и десен крак диагностицирахме освен динамичната сила на долните крайници и техниката на различните удари по топката.

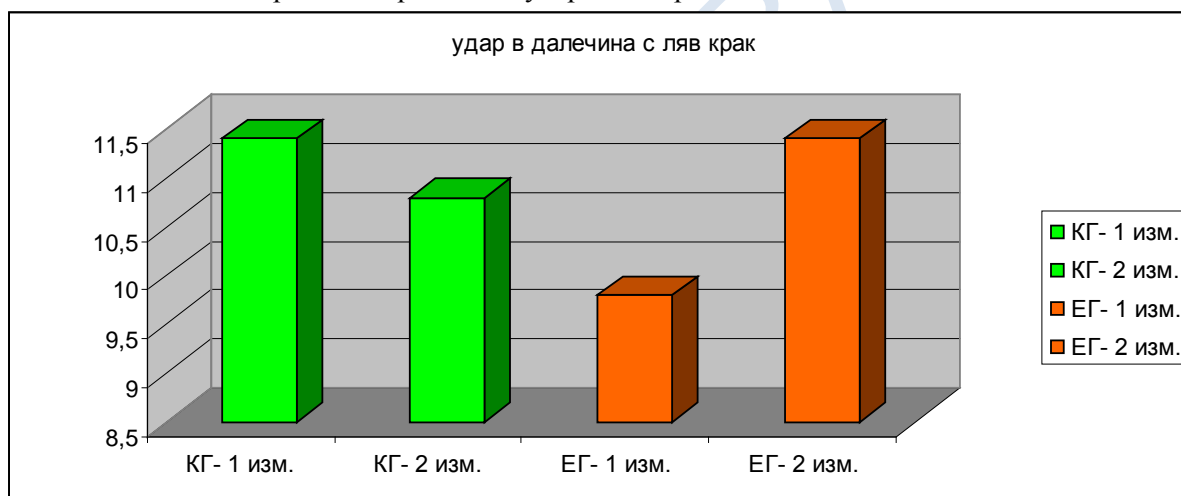
Динамика на показателите за техническа подготовка на 8-годишни ученици – II-ри клас от ЕГ

№	Тестове	n	Xmin	Xmax	R	Av % прираст	Sx	V%
1	Жонглиране с топка	20	2	15	13	8.7	4.1	47%
			6	15	9	9,9-14%	3,2	32%
2	Удар в далечина с ляв крак	20	6	14	8	9.8	2.67	28%
			7	16	9	11,4-16%	3,2	28%
3	Удар в далечина с	20	7.3	15	7.7	10.16	2.37	24%

	десен крак		8,4	18,2	10,1	12,84-26%	3	23%
4	Удар във верт. цел с ляв крак	20	0	4	4	1.5	1.2	80%
			0	4	4	1,9-27%	1	53%
5	Удар във верт. цел с десен крак	20	1	8	7	3.9	2.3	59
			2	9	7	5,3-36%	2,2	42%
6	Удар в хоризонт. цел с ляв крак	20	0	4	4	1.7	1.1	65%
			2	5	3	3,2-88%	1	32%
7	Удар в хоризонт. цел с десен крак	20	1	6	5	3.2	1.7	53%
			2	6	4	4,1-28%	1,3	32%

Промените в КГ са незначителни, при това налице е намаление на средните стойности. Това според нас се дължи на факта, че без специализирана подготовка, отнасяща се до специфичната динамична сила на долните крайници и точни пространствени характеристики на движението, е невъзможно да се постигнат положителни резултати в тази посока.

В ЕГ са настъпили положителни промени, като те са по-ясно изразени при изпълнение на удара с десен крак. Разликата между двете измервания е 268 см. При теста, изпълнен с ляв крак положителната промяна е само 160 см. Налице, макар и не толкова подчертано, приоритетно използване на десен крак за отправяне на удари към вратата.



За разлика от ударите в далечина, ударите в цел изискват прилагане на по-прецизна техника на изпълнение и точност на вложеното усилие. При провеждане на теста удар във вертикална цел, се изисква не само сила, но и точност на изпълнението. Реализираните попадения с ляв крак в началото на експеримента са почти еднакви за двете групи- $X1=1,4$ (КГ) , $X2=1,5$ (ЕГ). Малко по-голямо различие наблюдаваме в началните стойности при изпълнение на удар с десен крак. В края на изследвания период в КГ отчитаме незначителни подобрения, които се дължат на случайни причини. В ЕГ, подобно на предния тест (удар в далечина), подчертан прираст регистрираме при изпълнение на удара с десен крак. Размахът на разсейване на променливите е относително висок в началото на експеримента и прогресивно намалява за ЕГ на изхода.

ИЗВОДИ И ПРЕПОРЪКИ

Поставените цел и задачи на изследването и резултатите от тях ни дават основание да направим следните изводи:

1. В резултат на педагогическото наблюдение в процеса на обучение по футбол в уроците по физическо възпитание се установи повишена двигателна активност на учениците от

II клас, намаляване броя на отсъстващите; желание за увеличаване продължителността на урока; подобрена дисциплина и повишена двигателна активност.

2. Учениците както от ЕГ, така и от КГ показват подчертан интерес към заниманията по футбол в училище и извън него. Това говори, че е изграден траен и съзнателен мотив за повишена двигателна активност в уроците по физическо възпитание с учебно съдържание от футболната игра.

3. Техническата подготовка изпреварва по своя прираст специалната физическа подготовка. Учениците в началния етап успешно овладяват двигателните действия за боравене с топката и ударите във вратата.

4. Проведеният педагогически експеримент и получените от него резултати разкриват големите възможности на футболната игра за повишаване интереса към урочната работа по физическо възпитание, за по-комплексно развиващо въздействие както върху двигателните способности на учениците, така и върху общата им двигателна култура.

Препоръки за практиката:

1. Заниманията по футбол да се структурират в методическа последователност, която да осигурява първо овладяването на техническите похвати и групови взаимодействия, и чак след това да се пристъпи към провеждането на двустранни игри.

2. За реализиране на станандартите в началния етап на основна образователна степен да се организират и проведат краткосрочни курсове и дългосрочни следдипломни специализации за учителите неспециалисти, преподаващи по ядрото “Спортни игри” и в частност по футбол.

References:

1. Angelov, V., Petrov S., Aladzhov, N. (1981) *Futbol* (Football), Sofiya
2. Bazelkov, S. (2008) *Metodicheski aspekti na obuchenieto po futbol I-IV klas* (Methodological aspects of training in football I - IV class), Shumen
3. Brogli, Ya. (1979) *Sportna statistika* (Sports statistics), Sofiya
4. Bachvarov, M. (1999) *Futbol – integralna fizicheska konditsiya* (Football integral physical condition), S.
5. Gavrilo, V. (2003) *Sportologichni osnovi na rannoto obuchenie po futbol* (Sportologichni foundations of early learning in football), “Bolid Ins”
6. Zhechev, V. (1992) *Rakovodstvo po futbol* (Guide Football), Blagoevgrad
7. Kozlovski, V. (1976) *Mlad futbolist* (Young footballer), S.
8. Kostov, K., Ivanov, S. (2003) *Kniga za uchiteya po fizichsko vazpitanie I sport za 2-ri klas* (Book a teacher in physical education and sport for second class), Prosveta, Sofiya
9. Stoyanov, S. (1984) *Da igraem futbol* (To play football) Sofiya
10. Stoyanov, S., Zhechev, V., Tsvetkov, V. (1995) *Futbol* (Football), Sofiya
11. Filin, V. (1979) *Razvivane fizicheskite kachestva na mladite sportisti* (To develop physical qualities of young athletes) M. I F., S.
12. Tsvetkov, V. (1995) *Futbolat v uchilishte* (Football at school), Sofya
13. <http://bg.wikipedia.org/wiki/>

Prof. PhD Stefan Bazelkov
Department “TMFV and Sport”
At Konstantin Preslavsky – Univesrity of Shumen
s4e4a1958@abv.bg