

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина
Выпускающая кафедра теоретических основ физического воспитания

Богатырев Никита Владимирович
ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

Тактическая подготовка обучающихся старшего подросткового
возраста на секционных занятиях футболом

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы Физическая культура

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ
Зав. кафедрой к.п.н., доцент
Ситничук С.С.

(дата, подпись)

Научный руководитель:
канд.пед.наук, доцент,
Кондратюк Т.А.

(дата, подпись)

Обучающийся Богатырев Н. В.

(дата, подпись)

Дата защиты _____

Оценка _____
(прописью)

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ СТАРШЕГО ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА НА СЕКЦИОННЫХ ЗАНЯТИЯХ ФУТБОЛОМ	
1.1. Анатомо-физиологические и психолого-педагогические особенности обучающихся старшего подросткового возраста.....	6
1.2. Сущность тактической подготовки обучающихся старшего подросткового возраста и особенности её реализации на секционных занятиях футболом.....	22
1.3. Средства и методы тактической подготовки обучающихся старшего подросткового возраста на секционных занятиях футболом.....	32
ГЛАВА 2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ	
2.1. Методы исследования.....	45
2.2. Организация исследования.....	50
ГЛАВА 3. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ПРОВЕРКА ЭФФЕКТИВНОСТИ СРЕДСТВ И МЕТОДОВ ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ СТАРШЕГО ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА НА СЕКЦИОННЫХ ЗАНЯТИЯХ ФУТБОЛОМ	
3.1. Разработка и внедрение комплекса средств и методов тактической подготовки обучающихся старшего подросткового возраста на секционных занятиях футболом.....	53
3.2. Экспериментальная проверка эффективности комплекса средств и методов тактической подготовки обучающихся старшего подросткового возраста на секционных занятиях футболом.....	63
Выводы	71
Список использованных источников	74

ВВЕДЕНИЕ

В современных условиях развития физического воспитания и школьного спорта особую значимость приобретает совершенствование подготовки обучающихся в командно-игровых видах спорта, где результативность деятельности определяется не только уровнем физической и технической подготовленности, но и способностью своевременно анализировать игровую ситуацию, выбирать целесообразное решение и реализовывать его в условиях быстро меняющейся соревновательной обстановки. В связи с этим тактическая подготовка обучающихся старшего подросткового возраста, занимающихся футболом в условиях секционной работы, выступает как одно из приоритетных направлений учебно-тренировочного процесса.

В футболе эффективность игровой деятельности во многом зависит от сформированности тактического мышления, умения ориентироваться в изменяющихся условиях игры, прогнозировать действия партнеров и соперников, принимать обоснованные решения и осуществлять индивидуальные, групповые и командные тактические действия. Для обучающихся старшего подросткового возраста данный период является особенно значимым, поскольку именно в это время возрастает способность к осмысленному восприятию учебно-тренировочных заданий, развивается произвольность внимания, формируются предпосылки к более глубокому пониманию логики игры и осознанному использованию тактических приемов в соревновательной деятельности.

Следует отметить, что в практике секционных занятий футболом нередко преобладает внимание к технической и физической составляющим подготовки, тогда как вопросы целенаправленного развития тактической подготовленности обучающихся старшего подросткового возраста остаются разработанными недостаточно полно. Несмотря на наличие научно-методических подходов к организации подготовки юных футболистов,

проблема отбора и обоснования средств и методов, обеспечивающих эффективное формирование тактических умений на секционных занятиях, требует дальнейшего изучения [13].

Специфика футбола как вида спортивной деятельности заключается в постоянной смене игровых ситуаций, дефиците времени на принятие решения, необходимости учитывать расположение игроков, направление развития атаки и обороны, а также быстро перестраивать собственные действия в зависимости от хода игры. В этих условиях тактическая подготовка становится необходимым компонентом учебно-тренировочного процесса, обеспечивающим повышение осмысленности игровых действий, вариативности решений и общей результативности соревновательной деятельности обучающихся.

Объект исследования: учебно-тренировочный процесс обучающихся старшего подросткового возраста на секционных занятиях футболом.

Предмет исследования: средства и методы тактической подготовки, обучающихся старшего подросткового возраста на секционных занятиях футболом.

Цель исследования: разработать, теоретически обосновать и экспериментально проверить результативность комплекса средств и методов тактической подготовки обучающихся старшего подросткового возраста на секционных занятиях футболом.

Гипотеза исследования: предполагалось, что повышение уровня тактической подготовленности обучающихся старшего подросткового возраста на секционных занятиях футболом будет обеспечено при условии:

- учета возрастных анатомо-физиологических и психолого-педагогических особенностей обучающихся;
- поэтапного включения в учебно-тренировочный процесс упражнений и игровых заданий, направленных на развитие тактического мышления и принятия решений;

– систематического использования упражнений, ориентированных на совершенствование индивидуальных, групповых и командных тактических действий в типичных и вариативных игровых ситуациях.

В соответствии с поставленной целью были определены следующие **задачи исследования:**

1 Проанализировать научно-методическую литературу по теме исследования.

2 Выявить анатомо-физиологические и психолого-педагогические особенности обучающихся старшего подросткового возраста, значимые для их тактической подготовки на секционных занятиях футболом.

3 Обосновать средства и методы тактической подготовки обучающихся старшего подросткового возраста на секционных занятиях футболом.

4 Опытным-экспериментальным путем проверить эффективность разработанных средств и методов тактической подготовки обучающихся старшего подросткового возраста на секционных занятиях футболом.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ СТАРШЕГО ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА НА СЕКЦИОННЫХ ЗАНЯТИЯХ ФУТБОЛОМ

1.1. Анатомо-физиологические и психолого-педагогические особенности обучающихся старшего подросткового возраста

Старший подростковый возраст занимает особое место в системе возрастного развития личности, поскольку именно на данном этапе происходит интенсивное становление морфофункциональных, психических и социально-личностных характеристик, определяющих готовность обучающегося к более сложным формам учебной, двигательной и коммуникативной деятельности. В педагогической и возрастной психофизиологии этот период обычно соотносится с возрастным интервалом 15–17 лет, то есть с этапом завершения школьного обучения и перехода к ранней юности. Для системы физического воспитания и спортивно-секционной работы это возраст особенно значим, так как обучающиеся начинают демонстрировать более высокий уровень осознанности, произвольной регуляции поведения, критичности мышления, стремления к самоутверждению и способности к анализу собственных действий [4; 17].

Для футбола как командного вида спортивной деятельности учет особенностей старшего подросткового возраста приобретает методологическое значение. Если на более ранних этапах подготовки в центре внимания нередко находятся освоение базовых двигательных действий, развитие координации, скорости, общей выносливости и формирование первоначальных технических умений, то на этапе старшего подросткового возраста возрастает роль осмысленного использования этих средств в изменяющихся игровых условиях. Игроку уже недостаточно только правильно выполнить технический прием. От него требуется своевременно распознать игровую ситуацию, определить расположение партнеров и

соперников, соотнести собственные возможности с задачами конкретного эпизода, выбрать рациональный способ действия и реализовать его с учетом ограниченного времени и пространства. Следовательно, тактическая подготовка в данном возрасте должна строиться на знании возрастных закономерностей анатомо-физиологического и психолого-педагогического развития обучающихся [9; 28].

С анатомо-физиологических позиций старший подростковый возраст характеризуется продолжением роста и созревания организма, хотя темпы этих процессов становятся менее скачкообразными, чем в предшествующий период. Продолжается структурное и функциональное совершенствование опорно-двигательного аппарата, укрепляется костно-связочный комплекс, увеличивается мышечная масса, возрастает уровень силовых и скоростно-силовых возможностей, повышается общая работоспособность. Организм становится более устойчивым к физическим нагрузкам, что расширяет потенциальные возможности включения в учебно-тренировочный процесс более содержательных, интенсивных и вариативных средств подготовки [6; 21].

Развитие опорно-двигательного аппарата в старшем подростковом возрасте имеет непосредственное отношение к тактической подготовке в футболе. Тактическое действие в игре не существует вне двигательной реализации: своевременный выход на свободное пространство, изменение направления перемещения, ускорение, торможение, выполнение страховки, перекрытие зоны, включение в прессинг, создание численного преимущества, уход из-под опеки соперника, поддержка партнера в атаке или возвращение в оборону требуют определенного уровня морфофункциональной готовности. Повышение силы, подвижности, устойчивости и координированности движений создает предпосылки к более качественному выполнению этих действий, а значит, и к более успешной реализации тактического замысла [2; 31].

Наряду с этим необходимо учитывать, что старший подростковый возраст не следует рассматривать как этап полной биологической зрелости. Несмотря на внешне выраженную физическую зрелость, многие функциональные системы организма продолжают совершенствоваться. Процессы роста, гормональной регуляции и общего созревания еще не достигают окончательной стабильности, а потому реакция на нагрузку может отличаться значительной индивидуальной вариативностью. У части обучающихся наблюдается высокий темп морфофункционального прогресса, у других — более замедленное развитие, что обуславливает необходимость дифференцированного подхода в секционных занятиях [12; 34].

Особое значение в этот период имеет состояние сердечно-сосудистой системы. У обучающихся старшего подросткового возраста увеличиваются функциональные резервы сердца и сосудов, совершенствуется регуляция кровообращения, возрастает способность переносить более продолжительную и интенсивную двигательную работу. Повышается экономичность кровообращения в условиях стандартной нагрузки, улучшается приспособляемость к чередованию высоко- и умеренно-интенсивных режимов деятельности. Для футбола это чрезвычайно важно, поскольку игровая деятельность представляет собой повторяющуюся смену ускорений, единоборств, смены позиций, коротких интервалов восстановления и постоянного сенсомоторного контроля ситуации [8; 26].

Функциональное развитие дыхательной системы также создает благоприятную основу для тактической подготовки. Расширение дыхательных возможностей, повышение устойчивости к нагрузке, улучшение оксигенации тканей способствуют более качественному выполнению игровых действий на протяжении длительного времени. Тактическая грамотность в футболе снижается при выраженном утомлении: игрок начинает медленнее анализировать ситуацию, чаще допускает ошибки в выборе позиции, запаздывает с передачей, поздно вступает в отбор или,

напротив, необоснованно покидает игровую зону. Поэтому развитие функциональной выносливости в старшем подростковом возрасте нельзя рассматривать отдельно от тактической подготовленности: устойчивость к утомлению выступает физиологической основой сохранения качества тактического выбора в условиях длительной игры [3; 24].

Показательна и динамика изменений со стороны центральной нервной системы. В старшем подростковом возрасте продолжается совершенствование механизмов нервной регуляции, повышается уравновешенность нервных процессов, возрастает подвижность возбуждения и торможения, укрепляются возможности произвольного контроля поведения. Улучшаются процессы анализа и синтеза информации, сокращается время переработки сенсорных сигналов, возрастает эффективность межанализаторных связей. Для спортивно-игровой деятельности эти особенности являются принципиально важными, так как успешность действий футболиста зависит от скорости восприятия множества сигналов и их оперативного объединения в целостную картину игрового эпизода [5; 19].

Футбол относится к видам деятельности с высоким уровнем сенсорной насыщенности. Игрок вынужден одновременно учитывать траекторию и скорость мяча, дистанцию до соперника, направление движения партнеров, свободные зоны, темп эпизода, пространственную конфигурацию поля, характер прессинга, соотношение атакующих и обороняющихся игроков. От того, насколько точно и быстро он воспринимает и интегрирует эту информацию, зависит качество последующего решения. Старший подростковый возраст является благоприятным периодом для формирования таких качеств, поскольку у обучающихся возрастает способность к распределению внимания, зрительно-пространственному анализу, переключению между объектами наблюдения и удержанию в рабочем поле нескольких параметров ситуации одновременно [11; 37].

Важным анатомо-физиологическим основанием тактической подготовки выступает также развитие сенсомоторных функций. На данном возрастном этапе повышается скорость двигательной реакции, совершенствуется дифференцировка мышечных усилий, уточняются пространственно-временные характеристики движений, возрастает точность согласования перцептивного и моторного компонентов действия. Для футбола это означает возможность более качественного перехода от простого реагирования к предвосхищающему, упреждающему действию. Игрок не только отвечает на уже произошедшее изменение ситуации, но и начинает распознавать вероятный ход развития эпизода еще до его полного развертывания. В педагогическом отношении данное обстоятельство особенно важно, так как формирование тактической подготовленности напрямую связано с развитием антиципации — способности предвидеть и заблаговременно готовить наиболее рациональный игровой ответ [7; 30].

Следует учитывать и то, что старший подростковый возраст нередко сопровождается неравномерностью физического и функционального развития. Даже в пределах одной учебно-тренировочной группы могут наблюдаться заметные различия в силе, быстроте, двигательном опыте, работоспособности, восстановительных возможностях, темпах освоения материала и устойчивости к соревновательному напряжению. Для тренера-преподавателя это означает невозможность строить подготовку исключительно по усредненной модели. Тактические задания, одинаковые по содержанию, могут различаться по доступности для конкретных обучающихся. Один игрок способен быстро воспринимать игровую информацию, но уступает в скорости перемещения; другой обладает хорошими скоростными качествами, но медленнее анализирует эпизод; третий демонстрирует высокую мотивацию, но нестабилен эмоционально. Возрастная норма в данном случае не отменяет выраженной индивидуальной вариативности, а потому педагогическое проектирование занятий должно учитывать профиль сильных и слабых сторон обучающихся [14; 33].

Переходя к психолого-педагогическим особенностям старшего подросткового возраста, необходимо отметить, что именно в этот период существенно усложняется познавательная деятельность обучающегося. Развивается абстрактно-логическое мышление, усиливается способность к причинно-следственному анализу, сравнению, классификации, обобщению, построению гипотез и их мысленной проверке. Обучающийся начинает воспринимать ситуацию не только как набор отдельных признаков, но и как систему взаимосвязей. Для футбола эта особенность имеет определяющее значение, поскольку тактическая подготовка основана на понимании структуры игрового взаимодействия и на умении видеть эпизод как целостную модель, а не как разрозненную последовательность действий [1; 27].

Развитие логико-операционального мышления в старшем подростковом возрасте создает благоприятные предпосылки для становления тактического мышления. Под тактическим мышлением в спортивно-педагогическом контексте обычно понимается способность игрока анализировать игровую ситуацию, выделять в ней наиболее существенные признаки, прогнозировать варианты ее развития и выбирать наиболее рациональный способ действия в соответствии с поставленной задачей. Обучающийся старшего подросткового возраста уже способен понять, почему одно решение в конкретной ситуации будет оправданным, а другое — ошибочным, чем отличается позиционная атака от быстрой атаки, в каких случаях необходимо сохранить мяч, а в каких — обострить игру, когда целесообразно смещаться в глубину, а когда — открываться между линиями. Это делает возможным переход от простого запоминания игровых схем к осмысленному овладению принципами тактики [10; 25].

Особое значение в рассматриваемом возрасте приобретает развитие внимания. В психолого-педагогической литературе подчеркивается, что старшие подростки обладают более выраженной способностью к произвольной концентрации, распределению и переключению внимания по

сравнению с младшими подростками. Вместе с тем устойчивость внимания еще зависит от эмоционального состояния, уровня утомления, мотивации и характера предъявляемой задачи. На секционных занятиях футболом это проявляется в том, что обучающийся может достаточно долго сохранять включенность в тактическое задание, если оно имеет соревновательный, проблемный или игровой характер, но быстро теряет продуктивность при однообразной, слабо мотивирующей организации деятельности [13; 35].

Указанная особенность требует особого подхода к построению тактической подготовки. Простое многократное повторение объясняемых схем без включения игрового поиска, соревновательной интриги и вариативности не обеспечивает достаточной умственной вовлеченности обучающихся старшего подросткового возраста. Напротив, задания, в которых необходимо найти свободную зону, определить наиболее перспективного адресата передачи, выбрать между несколькими вариантами продолжения атаки, организовать перестроение после потери мяча или принять решение под давлением времени, активизируют внимание и делают усвоение материала более глубоким [16; 40].

Еще одной важной особенностью данного возраста является развитие памяти. У обучающихся усиливается роль смыслового запоминания, возрастает способность удерживать и воспроизводить логически организованный материал, использовать опорные связи, осознавать последовательность действий и выделять ключевые ориентиры. В футболе это позволяет более результативно осваивать игровые принципы, комбинации, алгоритмы взаимодействия в типичных эпизодах, способы перехода из одной игровой фазы в другую. Однако в отличие от механического запоминания схем, которое быстро теряет эффективность в изменяющихся условиях матча, именно смысловая организация материала становится наиболее продуктивной. Обучающийся должен запоминать не только «куда бежать» или «кому отдавать», но и **почему** необходимо действовать именно так в данной игровой конфигурации [15; 29].

В старшем подростковом возрасте возрастает роль рефлексии. Обучающийся начинает более осознанно оценивать собственные действия, анализировать причины успеха и неудачи, соотносить результат со своими усилиями, выявлять допущенные ошибки и размышлять о возможных путях их исправления. Для тактической подготовки это принципиально важно, поскольку качество игровой деятельности повышается не только за счет внешней корректировки со стороны тренера, но и благодаря формированию внутреннего механизма самоконтроля. Если обучающийся способен после эпизода ответить себе, почему он выбрал именно такое решение, что помешало вовремя увидеть свободного партнера, по какой причине он запоздал с перестроением в оборону или почему выбрал неудачную позицию при розыгрыше мяча, то педагогический эффект занятия существенно возрастает [18; 32].

Развитие рефлексии тесно связано с формированием самосознания, которое в старшем подростковом возрасте приобретает качественно новый характер. Обучающийся начинает осмысливать себя не только в настоящем, но и в перспективе будущего, сравнивать собственные качества с требованиями значимой деятельности, оценивать личные ресурсы и ограничения. Для секционных занятий футболом это выражается в повышенной чувствительности к оценке своей игровой успешности, к распределению ролей в команде, к признанию со стороны тренера и сверстников, к возможности самоутверждения через спортивную деятельность [2; 23].

Потребность в признании и стремление к самоутверждению могут выступать мощным фактором вовлечения в тренировочный процесс. Обучающиеся старшего подросткового возраста охотнее включаются в деятельность, в которой они могут проявить индивидуальность, продемонстрировать значимость для команды, почувствовать свою компетентность и влияние на результат. Одновременно именно эта особенность может создавать трудности в тактической подготовке.

Стремление доказать собственное превосходство иногда подталкивает игрока к излишне индивидуализированным действиям, к неоправданному обострению игры, к игнорированию более рационального командного решения. Отсюда вытекает педагогическая задача: формировать у обучающихся понимание того, что тактическая зрелость в футболе проявляется не в количестве эффектных индивидуальных эпизодов, а в умении выбрать действие, наилучшим образом отвечающее общей игровой задаче [20; 42].

Существенные изменения происходят и в эмоционально-волевой сфере. С одной стороны, старший подростковый возраст характеризуется ростом настойчивости, целеустремленности, способности к преодолению трудностей, к выдерживанию напряжения и к выполнению деятельности в условиях соревнования. С другой стороны, эмоциональная устойчивость еще не является окончательно сформированной. Для обучающихся свойственны повышенная восприимчивость к критике, острое переживание ошибок, зависимость качества деятельности от эмоционального фона, периодические колебания уверенности в себе. В футболе это особенно заметно в ситуациях дефицита времени, силового давления со стороны соперника, неудачной реализации момента, потери мяча или неблагоприятного текущего результата [6; 36].

По этой причине тактическая подготовка старших подростков не должна ограничиваться когнитивным освоением игровых принципов. Она требует включения эмоционально-волевого компонента: формирования способности сохранять самообладание, продолжать выполнение командной задачи после ошибки, не выпадать из игрового взаимодействия под влиянием внешнего давления, контролировать импульсивные решения. Упражнения и игровые задания должны моделировать не только пространственно-временные параметры матча, но и его психологическую напряженность: ограничение времени на выбор решения, численное неравенство,

необходимость быстро переключаться после неудачного действия, выполнение задания в соревновательном режиме [9; 38].

Большое значение имеет развитие коммуникативной сферы. В старшем подростковом возрасте отношения со сверстниками становятся одним из центральных факторов личностного развития. Группа приобретает высокую значимость как пространство признания, сотрудничества, соперничества и социального самоопределения. Для футбола, где коллективное взаимодействие составляет саму основу результата, эта особенность превращается в важнейший педагогический ресурс. Умение договариваться, слышать партнера, подавать сигналы, согласовывать действия, выполнять роль в общем игровом механизме, принимать ответственность за зону и за эпизод, проявлять поддержку и доверие — все это относится не только к сфере социального развития, но и к тактической подготовленности [7; 22].

Нельзя не отметить, что старший подростковый возраст является периодом активного формирования нравственных установок, отношения к правилам и к ответственности. Обучающийся начинает в большей степени осознавать ценность дисциплины, обязательности, взаимного уважения, честности, командной солидарности. Для секционных занятий футболом эти качества имеют не только воспитательное, но и прикладное значение. Тактическое взаимодействие невозможно без дисциплинированного соблюдения игрового задания, без принятия общекомандной логики, без способности подчинить индивидуальный импульс интересам коллектива, без ответственного выполнения своей роли в обороне и атаке [3; 18].

Педагогически значимой особенностью старшего подросткового возраста выступает также возрастание интереса к самостоятельности и субъектной позиции. Обучающиеся уже не удовлетворяются исключительно директивным объяснением и механическим повторением. Они стремятся понимать смысл предлагаемых действий, задают вопросы, стремятся участвовать в обсуждении, проявляют интерес к причинам и следствиям, к оценке эффективности разных вариантов поведения. На занятиях футболом

это открывает широкие возможности для использования проблемного обучения, тактического разбора, обсуждения игровых эпизодов, коллективного анализа ошибок, учебных дискуссий о выборе решения в конкретной ситуации [11; 39].

При этом самостоятельность старших подростков требует педагогически точного сопровождения. Если полностью отказаться от руководящей роли тренера, обучающиеся могут закрепить неточные представления, случайные игровые стереотипы или ошибочные решения. Если же, напротив, строить тактическую подготовку только на жестких инструкциях, это затормозит развитие инициативности, вариативности и способности к оперативному выбору. Эффективной представляется такая организация секционных занятий, при которой обучающимся задаются рамки, принципы и критерии результативного действия, но в пределах этих рамок сохраняется пространство для самостоятельного поиска решения [14; 41].

Необходимость учета возрастных особенностей старших подростков особенно отчетливо проявляется в вопросах мотивации. На данном этапе усиливается стремление к достижениям, к участию в социально значимой и эмоционально насыщенной деятельности, к переживанию успеха, к принадлежности к группе и к возможности продемонстрировать реальный прогресс. Футбол как секционная форма работы обладает высоким мотивационным потенциалом, поскольку сочетает двигательную активность, соревновательность, общение, эмоциональную насыщенность и четко видимый результат. Однако удержание устойчивой мотивации требует от педагога грамотного проектирования учебно-тренировочного процесса. Тактические задания должны быть содержательными, посильными, но проблемными; они должны позволять обучающемуся видеть собственный рост, понимать смысл выполняемой работы и соотносить ее с успешностью игры [1; 27].

Старший подростковый возраст совпадает с периодом повышенной учебной нагрузки, профессионального самоопределения, эмоционального напряжения, связанного с экзаменами, выбором будущего образовательного маршрута и социальной неопределенностью. Эти обстоятельства могут оказывать заметное влияние на состояние обучающихся в секционной деятельности. Даже при высоком интересе к футболу учащиеся нередко приходят на занятия утомленными, эмоционально перегруженными, с фрагментарно сниженной концентрацией внимания. Утомление в таких условиях проявляется не только в моторной сфере, но и в ухудшении качества восприятия информации, замедлении принятия решения, увеличении количества тактических ошибок, снижении точности командного взаимодействия [5; 24].

Поэтому анатомо-физиологические и психолого-педагогические особенности старшего подросткового возраста требуют соблюдения принципа рационального дозирования нагрузки. В секционных занятиях футболом это означает необходимость продуманного чередования двигательно напряженных и интеллектуально насыщенных заданий, включения динамических пауз, использования разнообразных форм работы, постепенного усложнения игровых условий и тщательного учета признаков утомления. При выраженном психофизическом напряжении обучающийся часто начинает действовать по упрощенной схеме, избегает тактически сложных решений и прибегает к наиболее очевидным, но не всегда рациональным вариантам. Педагогическое сопровождение должно предотвращать такую редукцию деятельности [10; 33].

С методической точки зрения особую ценность имеет тот факт, что в старшем подростковом возрасте у обучающихся возрастает способность к вероятностному прогнозированию. Это означает, что игрок начинает лучше распознавать не только текущее положение дел в игровом эпизоде, но и возможное развитие ситуации в ближайшей перспективе. Он способен предвидеть передачу, смещение соперника, открывание партнера,

потенциальное обострение в зоне, угрозу за спиной, необходимость подстраховки. Для футбола данная способность составляет один из центральных признаков тактической зрелости, а старший подростковый возраст является благоприятным периодом для ее целенаправленного развития [12; 30].

Развитие прогнозирования тесно связано с совершенствованием зрительно-пространственного восприятия. Обучающийся все лучше ориентируется в соотношении дистанций, траекторий, направлений и темпа движения, что позволяет ему быстрее распознавать конфигурацию игрового пространства. На секционных занятиях это может использоваться при освоении таких элементов тактики, как выбор позиции относительно мяча и ворот, оценка ширины и глубины построения, контроль свободных зон, определение угла передачи, понимание момента для рывка, своевременное смещение в линию страховки, сохранение компактности в обороне [8; 25].

Нельзя не отметить и значение воображения в старшем подростковом возрасте. Несмотря на усиление логических компонентов мышления, образный план деятельности продолжает играть важную роль. Обучающийся способен мысленно моделировать эпизод, представлять несколько вариантов развития атаки, проигрывать альтернативные решения, реконструировать уже случившийся игровой момент. Для тактической подготовки это открывает дополнительные педагогические возможности: разбор эпизодов «без мяча», мысленное проигрывание решений, использование схем, рисунков, видеоматериалов, вопросов на прогнозирование развития ситуации. Развитое воображение в сочетании с теоретическим мышлением способствует более глубокому усвоению тактических принципов [16; 44].

Большой интерес для исследования представляет и волевая регуляция поведения. Старшие подростки способны проявлять настойчивость в решении сложных задач, выдерживать повторные попытки, работать над ошибками, сохранять активность в условиях физического утомления. Однако эти качества нуждаются в целенаправленном педагогическом укреплении. В

футбольной деятельности воля проявляется не только в умении «терпеть» нагрузку, но и в способности следовать рациональному игровому плану, дисциплинированно выполнять тактическое задание, преодолевать желание действовать импульсивно, возвращаться к структурированному мышлению после эмоционально насыщенного эпизода [13; 40].

Важнейшим аспектом психолого-педагогической характеристики старшего подросткового возраста является формирование ценностного отношения к деятельности. Обучающийся начинает более отчетливо связывать собственные усилия с личностным ростом, осмыслять значимость систематичности, качества выполнения работы, отношения к делу и к коллективу. В футболе это проявляется в постепенном переходе от ориентации на внешне яркие моменты игры к пониманию ценности тактической дисциплины, взаимопомощи, ответственности за командную структуру, работы без мяча, своевременного перестроения и точного соблюдения игровой роли. Укрепление таких установок существенно повышает результативность тактической подготовки [4; 18].

Секционные занятия футболом в старшем подростковом возрасте способны выполнять не только тренировочную, но и выраженную воспитательную функцию. Командный характер игры, необходимость согласовывать действия, соблюдать правила, учитывать интересы партнеров, принимать решение в условиях неопределенности и нести ответственность за его последствия делают футбол эффективной средой социально-личностного развития. На этом фоне тактическая подготовка приобретает более широкий смысл: она становится не только средством совершенствования игровых действий, но и способом формирования организованности, рефлексивности, коммуникабельности, способности к сотрудничеству и к осознанному выбору поведения в сложной ситуации [6; 31].

Педагогический анализ показывает, что тактическая подготовка обучающихся старшего подросткового возраста должна строиться с учетом нескольких ключевых возрастных оснований. Первое основание связано с

возросшими возможностями восприятия и анализа игровой информации. Второе — с развитием логического, вероятностного и рефлексивного мышления. Третье — с повышением значимости общения, групповой принадлежности и самоутверждения. Четвертое — с еще сохраняющейся эмоциональной неустойчивостью и зависимостью качества деятельности от мотивационного состояния. Пятое — с расширением функциональных возможностей организма, но при сохранении необходимости индивидуализации нагрузок и педагогического контроля [7; 36].

Применительно к секционным занятиям футболом это означает, что содержание работы с обучающимися старшего подросткового возраста должно опираться на моделирование реальных игровых ситуаций, на использование упражнений с выбором решения, на включение анализа и обсуждения, на развитие взаимодействия в малых группах, на формирование понимания игровых принципов, а не только запоминания отдельных схем. Обучающийся данного возраста уже готов к освоению таких элементов тактики, как позиционная организация атаки и обороны, создание численного преимущества, страховка, подстраивание, выбор оптимального момента для передачи или завершения, рациональное использование свободного пространства, переходные действия после потери и овладения мячом [15; 43].

Целесообразно учитывать и то, что обучающиеся старшего подросткового возраста лучше усваивают материал, когда он имеет проблемный характер и когда результат действия может быть непосредственно проверен в игровой практике. Задания типа «найди решение», «оцени ситуацию», «предложи два варианта продолжения атаки», «обоснуй выбор передачи», «сохрани структуру обороны при численном меньшинстве», «определи момент выхода из линии» оказываются значительно более продуктивными, чем директивное воспроизведение единственно допустимого варианта. Подобный подход не отменяет роли педагогического руководства, но переводит обучающегося из позиции

пассивного исполнителя в позицию активного субъекта тактического освоения игры [19; 42].

Необходимо подчеркнуть, что именно в старшем подростковом возрасте создаются особенно благоприятные предпосылки для перехода от преимущественно интуитивного к более осознанному, концептуально выстроенному восприятию футбола. Обучающийся начинает понимать игру как систему взаимосвязанных решений, а не как набор отдельных действий с мячом. Он способен видеть зависимость индивидуального действия от общего построения команды, связь между расположением игроков и характером последующего хода эпизода, влияние темпа и ширины атаки на эффективность продвижения мяча, значение своевременного возвращения в оборону и правильного взаимодействия между линиями. Такая возрастная готовность составляет фундамент для целенаправленной тактической подготовки [20; 45].

Анатомо-физиологические и психолого-педагогические особенности обучающихся старшего подросткового возраста позволяют рассматривать данный период как продуктивный этап для развития тактической подготовленности на секционных занятиях футболом. Развитие функциональных возможностей организма, совершенствование нервной регуляции, повышение устойчивости внимания, усложнение мыслительной деятельности, формирование рефлексии, потребности в самостоятельности, значимости межличностных отношений и стремления к осмысленному самоутверждению создают реальные предпосылки для эффективного педагогического воздействия в сфере тактики [11; 32].

Результативность этой работы зависит от того, насколько последовательно в учебно-тренировочном процессе будут учтены возрастные особенности обучающихся, насколько органично будут соединены двигательный, когнитивный, коммуникативный и эмоционально-волевой аспекты подготовки, а также насколько содержание секционных занятий будет приближено к реальным условиям игровой деятельности. Именно учет

перечисленных закономерностей позволяет рассматривать тактическую подготовку не как вторичный компонент футбольного обучения, а как системообразующее направление формирования игровой компетентности обучающихся старшего подросткового возраста [14; 41].

1.2. Сущность тактической подготовки обучающихся старшего подросткового возраста и особенности её реализации на секционных занятиях футболом

В структуре подготовки обучающихся, занимающихся футболом, тактическая подготовка занимает одно из определяющих мест, поскольку именно она обеспечивает осмысленное применение технических действий, физических возможностей и индивидуального игрового потенциала в условиях реального противоборства. В отличие от изолированного освоения отдельных двигательных приемов, тактическая подготовка ориентирована на формирование способности действовать целесообразно, своевременно и результативно в постоянно изменяющейся игровой обстановке. Для обучающихся старшего подросткового возраста данное направление приобретает особую значимость, поскольку возрастные изменения в когнитивной, эмоционально-волевой и коммуникативной сферах создают благоприятные предпосылки для перехода от преимущественно интуитивного выполнения игровых действий к их осознанному, аналитически выверенному использованию [5; 21].

Понятие тактической подготовки в теории и методике спорта традиционно связывается с процессом овладения системой знаний, умений, навыков и способов игровой деятельности, обеспечивающих успешное решение соревновательных задач в вариативных условиях спортивного противоборства [3; 18]. При этом тактическая подготовка не сводится только к усвоению определенных схем или комбинаций. Ее сущность значительно шире, поскольку она включает развитие восприятия игровой ситуации,

умения выделять существенные признаки эпизода, прогнозировать вероятное развитие событий, выбирать адекватный способ действия, согласовывать собственные решения с действиями партнеров и реализовывать выбранный вариант в рамках общей логики игры [9; 27].

В футболе тактическая подготовка имеет особенно сложный характер, что обусловлено самой природой игры. Игровая деятельность футболиста осуществляется в условиях дефицита времени, пространственной подвижности, активного противодействия соперника, постоянной смены фаз атаки и обороны, высокой роли взаимодействия с партнерами и необходимости принимать решения в ситуации неполной информации. Игрок вынужден одновременно учитывать расположение мяча, положение партнеров и соперников, свободные зоны, темп развития эпизода, направление возможного продолжения атаки или обороны, собственную функциональную готовность и задачи команды в конкретный момент матча [1; 32]. Следовательно, тактическая подготовка в футболе представляет собой не частный компонент обучения, а системообразующее направление, обеспечивающее осмысленность и результативность всей игровой деятельности [7; 29].

Сущностное содержание тактической подготовки может быть раскрыто через категорию тактики. Под тактикой в спортивных играх, как правило, понимают совокупность способов ведения соревновательной борьбы, основанных на рациональном использовании индивидуальных и командных возможностей с учетом конкретных условий игры и особенностей соперника [4; 16]. В прикладном педагогическом аспекте тактика в футболе выражается в умении игрока и команды выбирать наиболее целесообразные действия для достижения игрового результата: сохранить мяч, продвинуть его в опасную зону, создать численное преимущество, нейтрализовать атакующий потенциал соперника, организовать быстрое возвращение в оборону, обеспечить страховку, изменить темп игры или перестроить структуру командного взаимодействия [11; 35].

Тактическая подготовка в этом контексте выступает как процесс последовательного формирования способности к решению указанных задач на основе усвоения принципов игры, развития тактического мышления и приобретения опыта реализации игровых решений в вариативных условиях. Она ориентирована не только на знание того, что необходимо делать, но и на понимание того, почему, когда, в каких условиях и каким способом действие будет наиболее эффективным [6; 24].

Научно-педагогическое осмысление тактической подготовки требует разграничения близких, но не тождественных понятий: тактическая подготовка, тактическая подготовленность, тактическое мышление, тактические умения, тактические действия. Тактическая подготовка представляет собой педагогически организованный процесс обучения и совершенствования. Тактическая подготовленность отражает достигнутый уровень освоения обучающимся соответствующих знаний, умений, способов анализа и принятия решений. Тактическое мышление выступает как интеллектуальная основа игровой деятельности, обеспечивающая анализ ситуации, прогнозирование и выбор решения. Тактические умения являются практической способностью применять усвоенные знания в конкретном игровом эпизоде. Тактические действия представляют собой непосредственную реализацию решения в нападении, обороне или переходной фазе игры [10; 22].

Для старшего подросткового возраста такая дифференциация имеет методическое значение. В секционной практике нередко встречается ситуация, когда обучающийся знает схему игрового построения, но не умеет своевременно использовать ее в реальном эпизоде; либо, напротив, способен эпизодически действовать удачно, но не осознает оснований своего выбора и не может воспроизвести его в сходной ситуации. Это означает, что тактическая подготовленность не может оцениваться только по формальному знанию теоретических положений или по разовым игровым успехам. Она

требует комплексного учета когнитивного, перцептивного, операционального, коммуникативного и рефлексивного компонентов [8; 31].

В современной теории спортивной подготовки тактическая деятельность рассматривается как единство восприятия, мышления, решения и действия. Данная логика полностью применима к футболу. На первом этапе игрок воспринимает игровую ситуацию: фиксирует положение мяча, партнеров, соперников, свободных зон, направление и темп эпизода. На втором этапе происходит анализ ситуации и соотнесение ее с игровой задачей. На третьем этапе осуществляется выбор наиболее рационального решения. На четвертом этапе решение реализуется через конкретное игровое действие: передачу, открывание, смещение, отбор, подстраивание, завершение атаки, страховку, перестроение и т.д. Наконец, на пятом этапе включается элемент оперативной оценки результата, позволяющий либо закрепить избранную модель, либо скорректировать поведение в последующих эпизодах [12; 28].

Отсюда следует, что сущность тактической подготовки не может быть сведена только к разучиванию готовых игровых комбинаций. Такая упрощенная модель может дать положительный эффект на начальном этапе обучения, однако в условиях реального матча, где каждое взаимодействие развивается по вариативному сценарию, механическое воспроизведение заранее заданной схемы нередко оказывается недостаточным. Более продуктивным является подход, при котором обучающийся усваивает не только образец действия, но и принцип его выбора. Иначе говоря, он должен понять, по каким признакам определяется необходимость передачи, выхода в свободную зону, смены позиции, перевода мяча, сужения пространства в обороне, опеки соперника или поддержания ширины атаки [14; 37].

Для раскрытия сущности тактической подготовки принципиально важно рассмотреть ее структуру. В педагогическом отношении представляется целесообразным выделить несколько взаимосвязанных компонентов.

Первый компонент — когнитивный. Он включает знания обучающегося о содержании и закономерностях игры: понимание принципов атаки и обороны, функций игроков различных амплуа, способов создания и использования численного преимущества, логики переходов между фазами игры, тактического значения пространства и времени, особенностей взаимодействия в типичных игровых ситуациях [2; 25]. Когнитивный компонент обеспечивает осмысленность тренировочной и соревновательной деятельности, поскольку без понимания игровых закономерностей невозможно устойчивое становление рационального решения.

Второй компонент — перцептивно-ориентировочный. Он связан со способностью обучающегося быстро и точно воспринимать игровую обстановку, выделять существенные сигналы, ориентироваться в пространстве поля, оценивать взаиморасположение игроков, распознавать угрозы и возможности, предвосхищать развитие эпизода [6; 33]. В футболе этот компонент имеет особую ценность, так как игровое решение должно приниматься в условиях непрерывно меняющейся ситуации.

Третий компонент — операционально-деятельностный. Его содержание определяется способностью реализовывать тактические решения в конкретных игровых действиях: своевременно открываться под передачу, занимать правильную позицию, выбирать момент для прессинга, страховать партнера, выполнять перевод мяча, действовать в численном большинстве или меньшинстве, участвовать в перестроении после потери мяча [9; 20]. Этот компонент соединяет тактическое мышление с техническим исполнением и подтверждает, что тактическая подготовка в футболе невозможна без прочной связи с технической и физической составляющими.

Четвертый компонент — коммуникативно-взаимодействующий. Командный характер футбола делает этот компонент обязательным. Тактическая подготовленность проявляется не только в индивидуально правильном решении, но и в умении согласовывать действия с партнерами, соблюдать игровую роль, учитывать намерения других игроков,

использовать вербальные и невербальные сигналы, поддерживать структуру командного взаимодействия [15; 39]. Даже сильное индивидуальное решение может оказаться тактически ошибочным, если оно разрушает общую организацию игры.

Пятый компонент — рефлексивно-оценочный. Он выражается в способности анализировать собственные действия и действия команды, выявлять причины ошибок, соотносить игровой результат с избранным способом решения и вносить коррективы в последующее поведение [7; 30]. Для обучающихся старшего подросткового возраста развитие этого компонента особенно значимо, поскольку именно в данном возрасте существенно возрастают возможности самоанализа и осознанного отношения к учебно-тренировочному процессу.

Сущность тактической подготовки может быть уточнена и через систему критериев ее проявления. В прикладном аспекте к числу наиболее значимых критериев целесообразно отнести: адекватность решения игровой ситуации; своевременность выбора действия; рациональность использования пространства и времени; вариативность решений; устойчивость тактического поведения в условиях помех и утомления; согласованность действий с партнерами; результативность тактических действий в нападении и обороне [4; 34].

Для более полного понимания сущности тактической подготовки необходимо рассмотреть классификацию тактических действий в футболе. Наиболее распространенным является их подразделение на индивидуальные, групповые и командные.

Индивидуальные тактические действия представляют собой решения и действия отдельного игрока в конкретном эпизоде. В атаке к ним относят выбор позиции без мяча, открывание, выбор способа и направления передачи, ведение мяча с учетом игровой обстановки, изменение темпа, обыгрыш, завершение атаки. В обороне — выбор позиции относительно мяча и соперника, опека, отбор, перехват, блокирование направления передачи,

сужение пространства, задержка атакующего продвижения [1; 23]. Для обучающихся старшего подросткового возраста формирование индивидуальных тактических действий особенно важно, так как через них закладывается основа последующего освоения более сложных взаимодействий.

Групповые тактические действия включают взаимодействие двух-трех игроков в типичных игровых ситуациях. В атаке это «стенка», диагональное открывание, игра в треугольнике, создание численного преимущества на фланге, смена мест, забегание, поддержка атаки из глубины. В обороне — страховка, подстраивание, сдваивание, перекрытие линии передачи, согласованное сужение пространства, взаимодействие при прессинге [8; 38]. Групповые действия особенно значимы в секционной подготовке, так как именно они позволяют обучающимся освоить базовую логику командной игры через ограниченное число участников.

Командные тактические действия отражают организацию всей команды в нападении, обороне и переходных фазах. К ним относятся способы построения атаки, схема позиционного расположения, коллективный прессинг, оборонительное перестроение, компактность линий, организация выхода из обороны, использование ширины и глубины поля, тактическое поведение при стандартных положениях [10; 41]. Освоение командных действий требует более высокого уровня тактической подготовленности и обычно опирается на уже сформированную базу индивидуальных и групповых умений.

Особое место в футболе занимают переходные тактические действия, связанные с быстрым изменением характера игры после потери или овладения мячом. Современная игровая практика показывает, что именно переходные фазы нередко определяют результативность команды. Для обучающихся старшего подросткового возраста формирование умений быстро перестраиваться после смены владения мячом имеет принципиальное

значение, поскольку дисциплинирует игровое мышление, развивает быстроту принятия решения и делает игру более организованной [12; 36].

Тактическая подготовка старших подростков на секционных занятиях футболом имеет ряд специфических особенностей, обусловленных как возрастными характеристиками обучающихся, так и организационно-педагогическими условиями школьной или внешкольной секционной деятельности. Прежде всего следует отметить, что секционные занятия по своей природе сочетают образовательную, развивающую и прикладно-спортивную направленность. Они не всегда ориентированы на достижение высоких спортивных результатов в узком смысле, но должны обеспечивать устойчивое развитие игровой компетентности, интереса к занятиям и личностного становления обучающихся [3; 17].

Первая особенность реализации тактической подготовки в секционной работе заключается в необходимости опоры на возрастные когнитивные возможности старших подростков. На данном этапе обучающиеся уже способны воспринимать игру не только на уровне отдельных действий, но и на уровне принципов, закономерностей и причинно-следственных связей. Это позволяет вводить элементы анализа игровых ситуаций, обсуждение вариантов решения, разбор тактических ошибок, моделирование эпизодов, учебные задачи на прогнозирование развития игры [11; 28]. В отличие от младших возрастных групп, старшие подростки готовы к более сложной интеллектуальной включенности в тренировочный процесс.

Вторая особенность связана с необходимостью обеспечения единства тактической, технической и физической подготовки. Тактическое решение в футболе не существует в отрыве от технической возможности его реализации. Игрок может верно распознать ситуацию, но при недостаточном уровне технической подготовленности не сумеет реализовать рациональную передачу, своевременный перевод мяча или точное завершение. Аналогично, высокий уровень технической оснащенности без развитого тактического мышления нередко ведет к нецелесообразному использованию

индивидуальных возможностей [6; 31]. Отсюда вытекает методическое требование: тактическая подготовка должна осуществляться преимущественно в деятельностных формах, где решение и действие выступают в единстве.

Третья особенность реализации тактической подготовки на секционных занятиях футболом заключается в ее игровой и проблемно-ситуационной организации. Наиболее продуктивными являются такие средства, которые побуждают обучающегося не воспроизводить готовый образец, а самостоятельно находить решение в изменяющейся обстановке. К их числу относятся учебные игры, игровые упражнения с ограничением времени и пространства, задания на численное преимущество или меньшинство, моделирование типичных игровых эпизодов, упражнения на быстрый переход из атаки в оборону, игры на удержание мяча и поиск свободных зон [14; 43]. Именно через проблемно организованную деятельность тактическое знание превращается в реально работающий инструмент поведения на поле.

Четвертая особенность связана с необходимостью поэтапного усложнения содержания тактической подготовки. Для старших подростков недопустимо как чрезмерное упрощение, так и методически необоснованное перенасыщение сложными командными схемами. Эффективная работа строится от освоения индивидуальных тактических действий к групповым и далее к командным; от типичных, относительно стандартных эпизодов — к вариативным; от игровых заданий с ограниченным числом факторов — к ситуациям, максимально приближенным к соревновательной практике [2; 22]. Такая поэтапность обеспечивает устойчивость усвоения и предупреждает формальное знание без деятельностного наполнения.

Пятая особенность реализации тактической подготовки на секционных занятиях футболом состоит в высокой значимости коммуникативного взаимодействия. Старший подростковый возраст характеризуется возрастанием роли группы и отношений со сверстниками. Это создает благоприятные условия для формирования коллективных тактических

действий, однако одновременно требует педагогического управления межличностными отношениями внутри секции [18; 39]. Успешность тактической подготовки во многом зависит от того, насколько обучающиеся готовы слышать друг друга, доверять партнерам, соблюдать игровые роли, принимать командное решение и подчинять индивидуальные импульсы общему замыслу.

Шестая особенность связана с необходимостью развития тактического мышления как специального качества. В секционной практике нередко наблюдается смещение акцента на двигательную активность как самоцель: чем больше движений и интенсивности, тем продуктивнее, как представляется, занятие. Однако применительно к тактической подготовке такая логика недостаточна. Содержательно выстроенное занятие должно включать не только двигательную нагрузку, но и интеллектуальную насыщенность: ситуации выбора, задачи на распознавание признаков эпизода, словесное обоснование решения, сравнение вариантов, краткий анализ после выполнения упражнения [7; 27]. Только в этом случае происходит развитие именно тактической, а не только моторной стороны игровой деятельности.

Седьмая особенность определяется потребностью в рефлексивном сопровождении. Старшие подростки уже способны к самоанализу и осознанию оснований собственного поведения. Следовательно, после выполнения игровых упражнений и учебных игр целесообразно организовывать краткие обсуждения: почему в данном эпизоде был выбран определенный способ действия, насколько он соответствовал игровой задаче, какие альтернативы были возможны, какие признаки ситуации оказались решающими, какие ошибки носили системный характер [13; 34]. Подобная работа усиливает осмысленность обучения и способствует переносу тактических умений в соревновательную практику.

1.3. Средства и методы тактической подготовки обучающихся старшего подросткового возраста на секционных занятиях футболом

В системе секционных занятий футболом тактическая подготовка обучающихся старшего подросткового возраста выступает важнейшим направлением учебно-тренировочного процесса, поскольку именно она обеспечивает осмысленное применение технических приемов, двигательных возможностей и индивидуального игрового потенциала в условиях реального противоборства. Если техническая подготовка отвечает на вопрос, как выполнить игровое действие, то тактическая подготовка определяет, когда, в какой ситуации, с какой целью и каким способом его следует использовать. В связи с этим эффективность подготовки юных футболистов в значительной степени определяется не только объемом освоенных двигательных действий, но и качеством сформированных умений воспринимать игровую ситуацию, принимать рациональные решения, взаимодействовать с партнерами и реализовывать тактический замысел в условиях дефицита времени и пространства [4; 19].

Для обучающихся старшего подросткового возраста данный аспект имеет особую значимость. На этом возрастном этапе существенно возрастают возможности аналитического мышления, произвольного внимания, прогнозирования, самоконтроля и рефлексивной оценки собственной деятельности. Одновременно усиливается стремление к самостоятельности, к проявлению инициативы и к осознанному участию в коллективной деятельности. Все это создает благоприятные предпосылки для усложнения содержания секционных занятий футболом и для более целенаправленного использования средств и методов, ориентированных именно на развитие тактической подготовленности [7; 28].

Содержательный анализ научно-методической литературы показывает, что средства и методы тактической подготовки не могут рассматриваться изолированно от общей логики спортивно-педагогического процесса. Они

должны быть согласованы с возрастными особенностями обучающихся, уровнем их технической и физической подготовленности, задачами конкретного этапа обучения, спецификой футбола как командного вида спорта, а также с условиями секционной формы работы. Следовательно, подбор средств и методов тактической подготовки должен строиться на основе принципов педагогической целесообразности, поэтапности, вариативности, наглядности, доступности и тесной связи обучения с игровой практикой [11; 34].

Под средствами тактической подготовки целесообразно понимать совокупность упражнений, заданий, игровых форм, педагогических приемов, наглядных и информационных ресурсов, использование которых обеспечивает формирование у обучающихся знаний о логике игры, развитие тактического мышления, освоение индивидуальных, групповых и командных действий, а также совершенствование способности принимать и реализовывать решения в изменяющихся игровых условиях [5; 22]. Под методами тактической подготовки следует понимать способы организации учебно-тренировочной деятельности, обеспечивающие усвоение и практическое применение этих средств в соответствии с поставленными задачами [9; 31].

Важнейшее место в системе средств тактической подготовки обучающихся старшего подросткового возраста на секционных занятиях футболом занимают игровые упражнения. Их высокая педагогическая эффективность объясняется тем, что они наиболее полно воспроизводят природу футбольной деятельности: вариативность ситуации, ограниченность времени, необходимость взаимодействия, быстрое изменение условий и требование к одновременному анализу нескольких факторов. В отличие от изолированных технических упражнений, игровые задания вынуждают обучающегося не просто выполнять движение, а решать игровую задачу. Именно поэтому игровой характер работы рассматривается как одно из

базовых условий развития тактического мышления и формирования тактических умений у юных футболистов [3; 26].

Игровые упражнения могут иметь различную направленность. Одни из них ориентированы преимущественно на формирование индивидуальных тактических действий: выбор позиции, открывание, ведение мяча с учетом расположения соперников, своевременная передача, завершение атаки, отбор мяча, блокирование направления передачи. Другие направлены на освоение групповых взаимодействий: «стенка», игра в треугольнике, забегание, страхование, сдваивание, выход из-под прессинга, взаимодействие при численном преимуществе или меньшинстве. Третьи ориентированы на совершенствование командных действий: позиционное нападение, компактная оборона, перестроение после потери мяча, организация прессинга, переход из обороны в атаку, действия при стандартных положениях [13; 37].

Особую ценность в секционной подготовке имеют малые игровые формы — упражнения и учебные игры в составах 2х2, 3х3, 4х4, 5х5, проводимые на ограниченном пространстве с определенной игровой задачей. Подобные формы увеличивают плотность участия каждого обучающегося в игровом процессе, повышают частоту тактических решений, создают условия для многократного включения в атакующие и оборонительные эпизоды, а также усиливают осмысленность взаимодействия. Чем меньше состав играющих и чем более конкретизирована задача, тем выше доля осознанного участия каждого футболиста в тактическом решении эпизода [6; 24].

В качестве эффективного средства тактической подготовки следует рассматривать позиционные игры, в которых обучающиеся решают задачу сохранения мяча, продвижения в определенную зону, создания свободного пространства, преодоления прессинга или быстрого перехода из одной игровой фазы в другую. Данные упражнения формируют понимание принципов ширины и глубины атаки, треугольников взаимодействия, своевременности открывания, поддержки партнера, рациональности

коротких и средних передач. В условиях старшего подросткового возраста позиционные игры оказываются особенно продуктивными, поскольку требуют одновременно двигательной активности, внимания, анализа пространства и быстроты выбора [10; 33].

Значительным потенциалом обладают ситуационные упражнения, моделирующие типичные фрагменты матча. К ним относятся задания на выход из обороны под давлением соперника, завершение атаки после флангового взаимодействия, действия в численном большинстве 3 в 2 или 4 в 3, оборона против быстрой контратаки, перестроение после потери мяча, розыгрыш стандартных положений, выбор решения в ограниченном временном интервале [14; 42]. Ценность подобных средств заключается в том, что обучающийся осваивает не абстрактные тактические положения, а конкретные модели поведения, соотнесенные с игровыми ситуациями, реально возникающими в футболе.

В структуре средств тактической подготовки существенное место занимают подводящие упражнения, обеспечивающие переход от освоения отдельных элементов игрового поведения к более сложным формам взаимодействия. Эти упражнения не воспроизводят соревновательную ситуацию полностью, но выделяют ее ведущие признаки и позволяют обучающимся последовательно овладевать ключевыми компонентами тактического действия. Так, к подводящим средствам можно отнести упражнения на своевременное открывание под передачу, на смену позиций в тройках, на выбор направления движения относительно партнера с мячом, на блокирование линии передачи сопернику, на ориентировку в ограниченном пространстве [2; 21]. Использование таких средств особенно важно на этапе закрепления начальных представлений о тактических принципах игры.

Наряду с подводящими упражнениями применяются развивающие средства, непосредственно ориентированные на совершенствование тактической подготовленности в ее более сложных и приближенных к соревнованию формах. Сюда относятся двухсторонние учебные игры с

тактическими установками, вариативные игровые задания, упражнения в условиях численного дисбаланса, игры на сокращенном поле с заданным сценарием, многоэпизодные упражнения на переходные действия [8; 36]. Развивающие средства требуют более высокого уровня осознанности и игровой компетентности, поэтому особенно продуктивны в работе именно со старшими подростками.

Важным средством тактической подготовки являются словесные и наглядные педагогические средства. К словесным относятся объяснение, инструктаж, постановка тактической задачи, обсуждение игровых эпизодов, вопросы проблемного характера, коллективный разбор допущенных ошибок, индивидуальные рекомендации. К наглядным — показ, схемы расположения игроков, тактические рисунки, демонстрация фрагментов игры, видеоматериалы, графическое моделирование эпизодов [1; 27]. В старшем подростковом возрасте словесно-наглядное сопровождение приобретает особую ценность, поскольку обучающиеся уже способны не только воспринимать образ действия, но и осмысливать его логические основания, соотносить его с правилами игры и собственным игровым опытом.

Современная практика спортивной педагогики подтверждает эффективность видеоанализа как специального средства тактической подготовки. Просмотр и обсуждение фрагментов собственной игры, а также образцов профессионального футбола позволяют обучающимся лучше понимать закономерности тактических решений, замечать пространственные и временные ошибки, видеть правильные модели взаимодействия, анализировать альтернативные варианты поведения в конкретной ситуации [12; 39]. Для старших подростков видеоанализ выступает важным инструментом рефлексии, поскольку способствует переходу от непосредственного переживания игрового эпизода к его осмысленной оценке.

Особое место занимают средства, направленные на развитие тактического мышления через ограничение или изменение условий

деятельности. К ним относятся упражнения с уменьшенным временем на принятие решения, с ограничением числа касаний мяча, с обязательным выполнением определенного тактического действия перед завершением атаки, с изменением размеров игрового пространства, с введением дополнительных условий для атакующей или обороняющейся команды [15; 43]. Изменение условий выполнения упражнения побуждает обучающегося быстрее воспринимать ситуацию, искать более рациональные способы решения, отказываться от шаблонных действий и переходить к более гибкому поведению.

Следует отметить, что одним из ведущих средств тактической подготовки старших подростков являются упражнения на переходные игровые действия. Современный футбол характеризуется высокой значимостью моментов, возникающих сразу после потери или овладения мячом. Поэтому в секционных занятиях необходимо использовать задания, развивающие способность мгновенно перестраиваться из атаки в оборону и из обороны в атаку, занимать правильную позицию, определять приоритетное направление действия и согласовывать его с партнерами [4; 30]. Данные упражнения формируют дисциплину игрового мышления и существенно повышают организованность действий команды.

Рассматривая методы тактической подготовки, следует подчеркнуть, что в педагогической практике наибольшую результативность обеспечивает не изолированное применение какого-либо одного метода, а их сочетание в зависимости от задач занятия, уровня подготовленности группы и конкретного содержания материала. К числу базовых методов относятся объяснительно-иллюстративный, стандартно-повторный, вариативный, игровой, соревновательный, проблемно-поисковый, ситуационно-моделирующий и рефлексивно-оценочный методы [7; 35].

Объяснительно-иллюстративный метод используется при введении новых тактических знаний и при первичном освоении определенных принципов игровой деятельности. Его сущность заключается в словесном

объяснении содержания тактического действия, демонстрации примеров, разборе структуры игрового эпизода и выявлении опорных ориентиров для обучающихся. В работе со старшими подростками данный метод должен носить не только информирующий, но и аналитический характер. Обучающимся важно не просто услышать установку «открываться в свободную зону», а понять, по каким признакам определяется эта зона, как соотнести собственное движение с положением партнера и соперника, какова цель данного действия в системе командной игры [9; 25].

Стандартно-повторный метод сохраняет свое значение и в тактической подготовке, особенно на этапе первичного формирования отдельных моделей поведения. Когда обучающиеся осваивают новое взаимодействие, повторность в относительно стабильных условиях помогает закрепить пространственно-временную структуру действия, понять его логику и уменьшить число ошибок [3; 18]. Однако в отличие от технической подготовки, в тактическом обучении стандартно-повторный метод не может быть ведущим на протяжении длительного времени. Его избыточное использование ведет к шаблонности, снижению вариативности мышления и к затруднениям при переносе усвоенного действия в изменяющиеся игровые условия.

По этой причине одно из центральных мест в системе тактической подготовки занимает метод вариативного упражнения. Его сущность состоит в целенаправленном изменении условий выполнения задания при сохранении общей тактической задачи. Варьироваться могут размеры игрового пространства, количество игроков, численное соотношение сторон, время на решение, направление атаки, роль отдельных футболистов, количество касаний, исходная расстановка, правила подсчета результата, способы начала эпизода [11; 40]. Данный метод позволяет развивать гибкость тактического мышления, учит обучающихся перестраивать действия в зависимости от конкретной обстановки и формирует способность к выбору наиболее рационального решения.

Метод вариативного упражнения может применяться в двух основных формах. Первая форма связана со строго регламентированным варьированием, когда тренер заранее задает конкретные параметры изменения условий. Например, одна и та же ситуация 3 в 2 разыгрывается сначала на узком участке поля, затем на более широком; сначала с ограничением в два касания, затем без ограничения; сначала с завершением атаки в течение пяти секунд, затем в течение трех. Вторая форма предполагает нестрогое регламентированное варьирование, когда условия меняются свободнее, а обучающиеся сталкиваются с большей степенью неопределенности. К этой группе относятся учебные игры с меняющимся темпом, непредсказуемыми действиями соперников, свободным выбором взаимодействий, самостоятельной организацией тактического ответа [5; 29].

Особое место в работе со старшими подростками занимает игровой метод. Его значение в тактической подготовке трудно переоценить, поскольку сама природа футбола как вида спорта предполагает обучение через игровую деятельность. В условиях игрового метода обучающийся не просто выполняет указание, а действует в среде, где каждое решение связано с противодействием, взаимодействием, ограниченностью времени и неполной определенностью ситуации [13; 38]. Игровой метод обеспечивает тесное единство технического, тактического, физического и психологического компонентов подготовки, а потому является одним из наиболее естественных и эффективных способов развития тактической подготовленности.

Игровой метод может реализовываться как без дополнительных заданий, так и с дополнительными тактическими условиями. В первом случае учебная игра приближена к свободному игровому взаимодействию, и обучающиеся самостоятельно ищут пути решения возникающих задач. Во втором случае тренер задает определенную установку: завершать атаку только после перевода мяча на противоположный фланг, начинать прессинг после определенного сигнала, использовать не менее трех передач перед

ударом, при потере мяча сразу выполнять контрпрессинг, открываться только через смену направления движения и т.п. [6; 32]. Для старших подростков наиболее продуктивным является чередование этих вариантов, поскольку оно сочетает управляемость педагогического процесса с возможностью проявления самостоятельности.

С тактической подготовкой тесно связан и соревновательный метод. Его педагогическая ценность заключается в том, что он усиливает мотивацию, повышает эмоциональную насыщенность занятия, побуждает обучающихся действовать собранно и быстрее переносить учебные модели в реальные игровые условия. В футболе соревновательный метод может реализовываться через мини-турниры, учебные матчи, игровые задания на результативность решения, конкурсы на качество выполнения тактической задачи, сравнение групп по числу успешных переходов, атакующих построений или оборонительных действий [10; 41]. Вместе с тем применение данного метода требует учета уровня подготовленности обучающихся. Если тактическое задание еще не освоено на базовом уровне, преждевременный переход к соревновательной форме может закрепить ошибочные модели поведения.

Значительным потенциалом обладает проблемно-поисковый метод, особенно важный для старшего подросткового возраста. Его сущность состоит в том, что тренер не сообщает готовое решение, а создает ситуацию, требующую самостоятельного поиска ответа. Обучающимся предлагается не просто выполнить определенное взаимодействие, а определить, какой способ продолжения атаки или организации обороны будет наиболее рациональным в конкретной ситуации [2; 23]. Проблемно-поисковые задания развивают анализ, прогнозирование, вариативность мышления, способность обосновывать свой выбор и ответственнее относиться к игровому решению. Для старших подростков такой подход особенно продуктивен, так как соответствует их возрастной потребности в самостоятельности и осмысленном участии в деятельности.

К числу современных методов тактической подготовки следует отнести и ситуационно-моделирующий метод. Он предполагает целенаправленное воспроизведение типичных и сложных игровых эпизодов с возможностью их многократного разыгрывания и анализа. Например, моделируются действия команды при быстром переходе соперника в атаку, при розыгрыше углового удара, при выходе из-под высокого прессинга, при необходимости сохранить мяч в концовке матча, при игре в численном меньшинстве [8; 37]. Преимущество данного метода состоит в высокой прикладной направленности: обучающийся учится действовать в ситуациях, максимально приближенных к соревновательной практике.

В структуре методов тактической подготовки особую роль играет рефлексивно-оценочный метод, направленный на развитие способности анализировать собственные действия, видеть причины ошибок и осознавать основания успешного решения. В условиях старшего подросткового возраста этот метод приобретает большое значение, поскольку обучающиеся уже способны к содержательному самоанализу и сравнительно объективной оценке результатов своей деятельности [14; 44]. После выполнения упражнения или учебной игры целесообразно обсуждать, насколько решение соответствовало игровой задаче, какие признаки ситуации были замечены или упущены, что можно было сделать иначе, чем был обусловлен успех или неудача конкретного взаимодействия.

Методика использования средств и методов тактической подготовки должна строиться с учетом ряда педагогических условий. Одним из ключевых условий является принцип поэтапности. На начальном этапе в рамках темы или микроцикла обучающиеся осваивают отдельные тактические ориентиры и простейшие взаимодействия. На следующем этапе они учатся применять их в более сложных, частично вариативных условиях. Далее данные действия включаются в учебные игры, где требуется их устойчивое использование в сочетании с другими компонентами подготовки [1; 20]. Для старших подростков особенно важно, чтобы усложнение

происходило не механически, а на основе уже сформированного понимания игровых принципов.

Не менее важным является принцип сопряженного развития. В практике секционных занятий футболом тактическая подготовка должна осуществляться во взаимосвязи с технической, физической и психологической подготовленностью. Направленное сопряжение означает, что упражнения подбираются таким образом, чтобы одновременно совершенствовались тактическое решение и его двигательная реализация, игровая выносливость, эмоциональная устойчивость, коммуникативное взаимодействие [12; 30]. Такой подход более рационален, чем изолированное развитие отдельных компонентов, поскольку отражает реальную структуру футбольной деятельности.

Существенным методическим условием является дозирование нагрузки в упражнениях тактической направленности. При планировании заданий необходимо учитывать координационную и интеллектуальную сложность упражнения, интенсивность игровой деятельности, длительность одного эпизода, число повторений, характер и продолжительность пауз отдыха, степень эмоционального напряжения [4; 26]. Тактические упражнения, особенно предполагающие постоянный анализ ситуации и быстрое принятие решений, вызывают не только физическое, но и психическое утомление. По этой причине их целесообразно включать преимущественно в первую половину основной части занятия, когда уровень внимания, восприятия и мыслительной работоспособности обучающихся остается наиболее высоким.

В процессе планирования секционных занятий важно учитывать, что чрезмерное утомление снижает качество восприятия игровой ситуации, замедляет обработку информации и ведет к росту числа тактических ошибок. Поэтому задания тактической направленности должны выполняться в условиях, при которых сохраняется возможность осмысленного решения игровой задачи. Допустимо также использовать отдельные упражнения на фоне утомления, если целью является развитие устойчивости тактического

поведения в напряженных условиях, однако такая работа требует осторожного дозирования и предварительной подготовленности обучающихся [7; 35].

Параметры нагрузки в тактических упражнениях могут существенно варьироваться в зависимости от содержания задания. Для кратких ситуационных упражнений, направленных на быстрое решение игровой задачи, длительность одного повтора может составлять 10–20 секунд. В более сложных позиционных играх и многоэпизодных упражнениях продолжительность может увеличиваться до 1–3 минут. Интервалы отдыха должны обеспечивать достаточное восстановление для сохранения качества последующего решения, особенно если упражнение отличается высокой интеллектуальной напряженностью [9; 39]. При необходимости тренер может использовать как пассивный, так и активный отдых, включая краткий разбор ошибки или уточнение тактического ориентира.

Старший подростковый возраст позволяет расширить использование аналитических форм обучения, но при этом требует сохранения игровой динамики занятия. Продолжительные теоретические объяснения без немедленного переноса в практику снижают продуктивность усвоения материала. Более целесообразной является модель, при которой короткое объяснение или обсуждение сразу закрепляется через игровое задание, затем при необходимости корректируется и вновь проверяется в деятельности [15; 42]. Такая структура отвечает возрастной специфике обучающихся и обеспечивает более прочное соединение знания и действия.

Важным аспектом методики тактической подготовки является создание новизны и изменчивости условий. Как только упражнение начинает выполняться обучающимися механически, его развивающий потенциал снижается. Тактическое обучение требует постоянного включения новых факторов: изменения пространства, темпа, численного состава, характера сопротивления, роли отдельных игроков, способов начала эпизода, направления атаки [3; 24]. Новизна не должна превращаться в хаотичность,

но должна систематически поддерживать активность мышления и предотвращать формирование шаблонных решений.

ГЛАВА 2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1. Методы исследования

Для решения поставленных задач и проверки гипотезы исследования были использованы следующие методы:

- 1 теоретический анализ научно-методической и специальной литературы;
- 2 педагогическое тестирование;
- 3 педагогический эксперимент;
- 4 методы математической статистики.

1. Теоретический анализ научно-методической и специальной литературы

Теоретический анализ научно-методической и специальной литературы применялся с целью выявления степени разработанности исследуемой проблемы, уточнения категориально-понятийного аппарата исследования, определения сущности тактической подготовки обучающихся старшего подросткового возраста, а также отбора наиболее эффективных средств и методов ее реализации на секционных занятиях футболом [6; 18].

В ходе анализа были изучены труды по теории и методике физического воспитания, спортивной тренировки, спортивных игр, возрастной физиологии, психологии подросткового возраста, а также работы, посвященные проблемам тактической подготовки юных футболистов. Изучение литературных источников позволило определить теоретические основания исследования, сформулировать цель, задачи и гипотезу, а также разработать содержание экспериментальной программы.

Теоретический анализ использовался не изолированно, а в тесной связи с последующим педагогическим тестированием и экспериментальной проверкой. Это позволило соотнести научные положения, представленные в

литературе, с реальными условиями секционных занятий футболом и с фактическими результатами, полученными в ходе исследования.

2. Педагогическое тестирование

Педагогическое тестирование применялось для определения уровня тактической подготовленности обучающихся старшего подросткового возраста до начала и после завершения педагогического эксперимента. Тестирование в исследовании рассматривалось как стандартизированная процедура оценки сформированности отдельных сторон тактической подготовленности, обеспечивающая сопоставимость полученных результатов на разных этапах эксперимента [9; 24].

При отборе тестов учитывалось, что предметом исследования выступают средства и методы тактической подготовки, поэтому диагностический инструментарий был ориентирован не на выявление отдельных технических или координационных показателей, а на оценку способности обучающихся:

- анализировать игровую ситуацию;
- выбирать рациональное решение;
- взаимодействовать с партнерами в типичных игровых эпизодах;
- своевременно перестраиваться при переходе из атаки в оборону и

из обороны в атаку.

В ходе исследования использовались следующие тесты.

1. Тест «Выбор игрового решения в ситуации 2×1»

Цель теста — определить способность обучающегося принимать рациональное тактическое решение в условиях численного преимущества.

Оборудование: футбольные мячи, фишки, манишки, ворота, секундомер.

Содержание теста: на ограниченном участке поля моделируется ситуация: 2 атакующих против 1 защитника. Испытуемый, владеющий мячом, должен в зависимости от действий защитника выбрать наиболее целесообразный вариант продолжения эпизода: передачу партнеру, обводку

или самостоятельное завершение атаки. Каждому испытуемому предоставлялось 5 попыток.

Оценка результата: 2 балла — решение выбрано правильно и своевременно, эпизод доведен до результативного завершения или явного голевого момента; 1 балл — решение в целом верное, но выполнено с запозданием либо с частичной потерей тактического преимущества; 0 баллов — решение не соответствует игровой ситуации и приводит к срыву атаки.

Максимальная сумма — **10 баллов**.

2. Тест «Тактическое взаимодействие в ситуации 3×2»

Цель теста — оценить уровень сформированности групповых тактических действий в нападении.

Оборудование: футбольные мячи, фишки, манишки, ворота.

Содержание теста: моделируется игровая ситуация: 3 атакующих против 2 защитников. Обучающиеся должны организовать взаимодействие с целью продвижения мяча и завершения атаки в ограниченное время. Основное внимание обращалось на своевременность передач, открывание свободных зон, смену позиций и согласованность действий. Каждому испытуемому предоставлялось 5 попыток участия в эпизоде.

Оценка результата: 2 балла — активное и тактически оправданное участие в эпизоде, правильный выбор позиции и результативное взаимодействие; 1 балл — взаимодействие выполнено частично правильно, но с тактическими недочетами; 0 баллов — тактическое решение ошибочно, взаимодействие нарушено. Максимальная сумма — **10 баллов**.

3. Тест «Тактические действия в обороне в ситуации 2×2»

Цель теста — определить способность обучающегося выбирать правильную позицию и действовать в обороне в условиях взаимодействия с партнером.

Оборудование: футбольные мячи, манишки, фишки, ворота.

Содержание теста: в игровой ситуации 2 нападающих против 2 защитников испытуемый выполнял функции обороняющегося игрока.

Оценивались выбор позиции относительно мяча и соперника, перекрытие линии передачи, своевременность сближения, подстраивание и согласованность действий с партнером по обороне. Каждому испытуемому предоставлялось 5 игровых эпизодов.

Оценка результата: 2 балла — защитные действия тактически обоснованы, игровая угроза нейтрализована; 1 балл — решение частично верное, однако допущены отдельные позиционные или временные ошибки; 0 баллов — тактическое действие не соответствует ситуации и приводит к созданию опасного момента у ворот. Максимальная сумма — **10 баллов**.

4. Тест «Экспертная оценка тактических действий в учебной игре»

Цель теста — определить общий уровень тактической подготовленности обучающихся в условиях, максимально приближенных к игровой деятельности.

Оборудование: футбольные мячи, манишки, фишки, ворота.

Содержание теста: проводилась учебная игра в формате 5×5 или 6×6 в зависимости от условий секционного занятия. В процессе игры оценивались:

- открывание под передачу;
- выбор позиции;
- своевременность принятия решения;
- взаимодействие с партнерами;
- действия при переходе из атаки в оборону и из обороны в атаку.

Оценка проводилась методом экспертного наблюдения. В качестве экспертов выступали тренеры-преподаватели по футболу. Итоговым показателем являлась средняя экспертная оценка.

Оценка результата: каждый из пяти критериев оценивался по 5-балльной шкале. Максимальная суммарная оценка составляла **25 баллов**.

Использование комплекса из четырех тестов позволило получить более целостное представление об уровне тактической подготовленности обучающихся старшего подросткового возраста, поскольку диагностика

охватывала индивидуальные, групповые и общекомандные аспекты тактической деятельности.

3. Педагогический эксперимент

Педагогический эксперимент являлся основным методом практической проверки эффективности разработанных средств и методов тактической подготовки обучающихся старшего подросткового возраста на секционных занятиях футболом [12; 30].

Сущность эксперимента заключалась в сравнении динамики показателей тактической подготовленности обучающихся контрольной и экспериментальной групп. В контрольной группе занятия проводились по традиционной программе секционной подготовки футболистов. В экспериментальной группе, наряду с базовым содержанием подготовки, систематически применялся разработанный комплекс средств и методов, направленный на развитие тактического мышления, формирование индивидуальных, групповых и командных тактических действий, а также совершенствование принятия игрового решения в вариативных условиях.

Педагогический эксперимент носил формирующий характер, поскольку был направлен не только на фиксацию исходного и итогового уровней подготовленности, но и на целенаправленное изменение содержания секционных занятий в экспериментальной группе.

4. Методы математической статистики

При обработке результатов исследования использовались следующие статистические показатели:

1. Среднее арифметическое значение (M):

$$M = \Sigma x / n,$$

где Σx — сумма полученных значений; n — число испытуемых.

2. Среднее квадратичное отклонение (σ):

$$\sigma = \sqrt{(\Sigma(x - M)^2 / (n - 1))},$$

где x — индивидуальное значение показателя; M — среднее арифметическое; n — число испытуемых.

3. Ошибка среднего арифметического (m):

$$m = \sigma / \sqrt{n},$$

где σ — среднее квадратичное отклонение; n — число испытуемых.

4. Средняя ошибка разности (m_{12}):

$$m_{12} = \sqrt{(m_1^2 + m_2^2)},$$

где m_1 и m_2 — ошибки средних арифметических сравниваемых выборок.

5. Достоверность различий по t-критерию Стьюдента:

$$t = (M_1 - M_2) / \sqrt{(m_1^2 + m_2^2)},$$

где M_1 и M_2 — средние значения сравниваемых групп; m_1 и m_2 — ошибки средних значений.

Статистическая значимость различий определялась по таблице критических значений t-критерия Стьюдента. Различия считались достоверными при $p < 0,05$.

2.2. Организация исследования

Исследование по теме выпускной квалификационной работы было организовано с учетом цели, задач и логики экспериментальной проверки эффективности средств и методов тактической подготовки обучающихся старшего подросткового возраста на секционных занятиях футболом.

Экспериментальная работа проводилась в период с сентября 2025 года по май 2026 года на базе КГАУ ДО «СШОР по футболу “Енисей”» и футбольной школы «Юниор». В исследовании приняли участие 20 обучающихся старшего подросткового возраста, систематически занимающихся футболом в условиях секционной подготовки. Все испытуемые были распределены на две группы:

- экспериментальная группа — 10 человек;
- контрольная группа — 10 человек.

При формировании групп учитывались возраст обучающихся, стаж занятий футболом и результаты предварительного тестирования. Это позволило обеспечить относительную однородность групп по исходному уровню тактической подготовленности.

Занятия в обеих группах проводились 3 раза в неделю, продолжительность одного тренировочного занятия составляла 1 час 30 минут.

Контрольная группа занималась по традиционной программе секционных занятий футболом. В содержание подготовки экспериментальной группы был включен разработанный комплекс средств и методов тактической подготовки, предусматривающий:

- использование игровых и ситуационных упражнений;
- моделирование типичных и вариативных игровых эпизодов;
- развитие индивидуальных, групповых и командных тактических действий;
- упражнения на выбор игрового решения в условиях ограниченного времени и пространства;
- включение элементов анализа и обсуждения игровых ситуаций.

Оценка уровня тактической подготовленности проводилась два раза.

На каждом этапе использовался единый комплекс из четырех тестов, направленных на определение уровня сформированности тактической подготовленности обучающихся.

Исследование проводилось в три этапа.

Первый этап — подготовительный

На первом этапе осуществлялся анализ научно-методической и специальной литературы по теме исследования, уточнялись основные теоретические положения работы, формулировались объект, предмет, цель, задачи и гипотеза исследования. Одновременно проводился отбор диагностического инструментария и разрабатывался комплекс средств и методов тактической подготовки обучающихся старшего подросткового возраста на секционных занятиях футболом.

Второй этап — опытно-экспериментальный

На втором этапе было проведено первичное тестирование обучающихся контрольной и экспериментальной групп. На основании

полученных результатов определялся исходный уровень тактической подготовленности испытуемых.

После констатирующего обследования в экспериментальной группе реализовывалась разработанная методика тактической подготовки, а в контрольной группе занятия проводились по традиционной программе. В течение данного этапа осуществлялось целенаправленное педагогическое воздействие, ориентированное на развитие у обучающихся способности к анализу игровой ситуации, выбору рационального решения, взаимодействию с партнерами и тактической перестройке в различных игровых условиях.

Третий этап — обобщающий

На третьем этапе проводилось итоговое тестирование обучающихся контрольной и экспериментальной групп, осуществлялась математико-статистическая обработка полученных результатов, их сравнительный анализ и интерпретация. На основе полученных данных формулировались выводы исследования и определялась эффективность предложенных средств и методов тактической подготовки обучающихся старшего подросткового возраста на секционных занятиях футболом.

Организация исследования была направлена на создание сопоставимых условий для контрольной и экспериментальной групп и на получение объективных данных о влиянии специально разработанной методики на уровень тактической подготовленности обучающихся. Это обеспечило возможность последующей экспериментальной проверки ее результативности и позволило обосновать практическую значимость проведенной работы.

ГЛАВА 3. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ПРОВЕРКА ЭФФЕКТИВНОСТИ СРЕДСТВ И МЕТОДОВ ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ СТАРШЕГО ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА НА СЕКЦИОННЫХ ЗАНЯТИЯХ ФУТБОЛОМ

3.1. Разработка и внедрение комплекса средств и методов тактической подготовки обучающихся старшего подросткового возраста на секционных занятиях футболом

Основываясь на результатах теоретического анализа научно-методической литературы, представленного в первой главе исследования, а также с учетом возрастных особенностей обучающихся старшего подросткового возраста, нами был разработан и внедрен в практику секционных занятий футболом комплекс средств и методов тактической подготовки, направленный на повышение уровня тактической подготовленности занимающихся [6; 21].

Необходимость разработки данного комплекса определялась тем, что в традиционной практике секционных занятий футболом у обучающихся старшего подросткового возраста значительное внимание уделяется технической и физической подготовке, тогда как развитие тактического мышления, способности к принятию игрового решения, выбору позиции, взаимодействию с партнерами и своевременному переходу между фазами игры нередко реализуется фрагментарно и недостаточно целенаправленно [9; 28]. Между тем именно данные компоненты во многом определяют результативность игровой деятельности обучающихся в условиях реального противоборства [12; 34].

Разработанный нами комплекс строился с учетом следующих положений:

тактическая подготовка обучающихся старшего подросткового возраста должна носить системный характер и охватывать индивидуальные, групповые и командные действия;

формирование тактической подготовленности должно осуществляться в тесной связи с технической и физической подготовкой, поскольку любое игровое решение реализуется через конкретное двигательное действие [4; 19];

ведущими средствами работы со старшими подростками являются игровые, ситуационные и вариативные упражнения, моделирующие реальные эпизоды футбольного матча [11; 32];

содержание подготовки должно быть построено на принципах постепенности, доступности, вариативности, проблемности и осмысленного включения обучающихся в игровое взаимодействие [8; 25];

упражнения тактической направленности наиболее целесообразно использовать в **первой половине основной части занятия**, когда сохраняется высокий уровень внимания, восприятия и оперативного мышления [7; 30].

Разработанный комплекс был ориентирован на решение следующих задач:

- 1 развитие способности обучающихся анализировать игровую ситуацию и выбирать рациональный способ действия;
- 2 формирование умений индивидуального тактического поведения в атаке и обороне;
- 3 совершенствование групповых взаимодействий в типичных игровых эпизодах;
- 4 развитие умений перехода из атаки в оборону и из обороны в атаку;
- 5 повышение уровня тактического мышления, игрового внимания, прогнозирования и взаимодействия с партнерами;

6 создание условий для переноса тактических решений из учебных упражнений в соревновательную игровую деятельность [10; 37].

Разработанный комплекс внедрялся в учебно-тренировочный процесс экспериментальной группы в период с октября 2025 года по апрель 2026 года. Занятия проводились 3 раза в неделю, продолжительность одного занятия составляла 1 час 30 минут. Комплекс включался в основную часть занятия и занимал в среднем 25–35 минут, в зависимости от задач микроцикла, уровня утомления обучающихся и содержания тренировочной работы.

Структурно комплекс был разделен на несколько взаимосвязанных блоков:

1 упражнения на развитие индивидуальных тактических действий в атаке;

2 упражнения на развитие индивидуальных тактических действий в обороне;

3 упражнения на формирование групповых тактических взаимодействий;

4 упражнения на совершенствование переходных игровых действий;

5 учебные игры и игровые задания с тактическими условиями.

Такое построение комплекса обеспечивало последовательный переход от решения более простых тактических задач к более сложным, от индивидуального действия — к взаимодействию в паре, тройке и далее к малым командным формам игры [5; 24].

Нами был разработан комплекс упражнений тактической направленности, построенный преимущественно игровым методом и ориентированный на формирование у обучающихся старшего подросткового возраста устойчивых умений действовать рационально в условиях изменяющейся игровой ситуации.

Блок 1. Упражнения на развитие индивидуальных тактических действий

Данный блок был направлен на формирование умений:

- выбирать правильную позицию;
- своевременно начинать движение;
- ориентироваться в пространстве;
- принимать решение в условиях дефицита времени;
- использовать рациональный способ обыгрыша или передачи;
- действовать в зависимости от поведения соперника.

К числу упражнений данного блока относились следующие.

1. Ускорение в свободную зону по сигналу.

Обучающийся начинал движение по зрительному или звуковому сигналу и должен был как можно быстрее занять одну из двух указанных зон, которые обозначены фишками. После этого следовало получение мяча от партнера и выполнение скоростного ведения мяча, обводя фишки. Упражнение развивало умение быстро воспринимать сигнал, ориентироваться в пространстве и начинать тактически оправданное перемещение.

2. Бег с изменением направления по сигналу.

Игрок двигался в заданном направлении, однако по команде тренера должен был изменить вектор движения и открыться в другую игровую зону. Упражнение формировало способность к быстрой перестройке действия в зависимости от изменившейся ситуации.

3. Перемещение спиной вперед с последующим разворотом и вступлением в эпизод.

Данное упражнение моделировало оборонительную ситуацию 2×1, при которой игрок сохраняет контроль за расположением соперника и мяча, а затем по передаче атакующего игрока своевременно разворачивается и включается в активное действие. Оно способствовало развитию оборонительного позиционного поведения.

4. Ускорение после координационно-ориентировочного действия.

После кувырка, поворота или смены положения тела обучающийся должен был быстро включиться в игровой эпизод: занять позицию, открыться под передачу или вступить в отбор. Упражнение использовалось не для развития координации как самостоятельной цели, а для формирования тактической устойчивости в условиях нестандартного начала эпизода.

5. Передача мяча в парах с переменной тактической задачей.

Игроки располагались на расстоянии 7–10 м и выполняли передачи, однако после каждого сигнала тренера должны были менять характер действия: передать в одно касание, выполнить ложное движение перед передачей, сместиться в сторону после передачи. Упражнение формировало связь между обманным действием и передачей, а также передачей и последующим тактическим действием.

Блок 2. Парные упражнения тактической направленности

Особое место в комплексе занимали **парные упражнения**, позволяющие моделировать простейшие формы противодействия и взаимодействия. Исходный предложенный вами материал был перепроектирован в тактическую логику, где основное внимание уделялось не просто двигательному выполнению, а выбору решения в условиях давления соперника.

1. Прием мяча под давлением соперника.

Два игрока располагались друг против друга на расстоянии 6–8 м. Один игрок вводил мяч партнеру, а после передачи сразу сокращал дистанцию и создавал давление. Получающий мяч должен был принять решение: уйти в сторону от соперника или развернуться. Упражнение развивало тактическое поведение при приеме мяча под давлением.

2. Прием мяча в движении с последующим обыгрыванием соперника.

Игрок посылает мяч в сторону партнера и сразу направляется к нему с целью отбора. Получающий мяч должен оценить дистанцию, скорость

сближения, траекторию мяча и принять решение — развернуться, обыграть соперника или уйти в свободное пространство с последующим обыгрышем.

3. Борьба за мяч после верхнего подбрасывания.

Один игрок высоко посылал мяч вверх, второй создавал активное противодействие в момент приема. Основной задачей было не только остановить мяч, но и занять позицию корпусом, защитить мяч и продолжить эпизод. Упражнение развивало выбор рационального способа действия в борьбе за мяч.

4. Прием мяча с разворотом под давлением.

После наброса мяча один игрок должен был остановить его и выполнить разворот, в то время как второй стремился ограничить пространство и помешать продолжению. Упражнение способствовало формированию умений оценивать направление выгодного поворота и быстро выбирать способ выхода из эпизода.

5. Соревновательное овладение мячом после передачи вперед.

Два игрока стартовали одновременно за мячом, посланным вперед. Игрок, первым овладевший мячом, должен был не просто догнать его, а выбрать способ последующего действия — сохранить мяч, уйти в сторону, развернуться или завершить эпизод.

6. Борьба за мяч после дугообразной передачи.

Упражнение усложняло условия восприятия и выбора позиции при мяче, летящем по навесной траектории. Игрок должен был заранее определить место приема, учесть давление соперника и выбрать безопасное продолжение.

7. Овладение мячом после передачи за спину.

Нейтральный игрок перебрасывал мяч через рядом стоящих партнеров и оба стремились овладеть им, но преимущество имел тот, кто быстрее оценивал траекторию и занимал рациональную позицию. Упражнение развивало пространственную ориентировку и способность к быстрому выбору действия после разворота.

8. Поворот и включение в эпизод после переброса.

Один игрок перебрасывал мяч через партнера, второй после поворота должен был быстро включиться в борьбу за мяч, овладеть им и принять решение до активного противодействия соперника. Это упражнение формировало умение ориентироваться после смены направления движения.

9. Оббегание препятствия и возвращение к мячу.

После высокой передачи оба игрока оббегали препятствия и возвращались к мячу. Важнейшим условием выступало не только быстрее достигнуть мяча, но и оценить, как принять его и продолжить эпизод под давлением.

10. Передача — возврат — давление.

Один игрок выполнял передачу, оббегал препятствие и получал мяч обратно, второй после возвратной передачи сразу вступал в активное противодействие. Упражнение формировало навыки быстрого тактического включения после смены двигательной задачи.

11. То же с верховой передачей.

Усложнение траектории мяча повышало требования к ориентировке, своевременности выбора позиции и качеству первого решения после приема.

12. Игра на опережение.

Игрок должен был выскочить из-за условного защитника и овладеть мячом раньше соперника. Упражнение развивало тактическое чувство момента для открывания и выбор траектории движения.

13. Выход из-за двух препятствий в коридор.

Данное упражнение направлено на освоение открывания в ограниченном пространстве между условными защитниками. Игрок двигается с мячом и выполняет передачу, партнёр в это время на скорости открывается в зону между фишками. Данное упражнение формирует умение выбирать правильный момент рывка и координировать свои действия с передачей партнера.

Перечисленные упражнения проводились сериями по **4–6 повторений**, в **2–3 подхода**, с паузами отдыха **30–60 секунд** в зависимости от интенсивности и сложности задания. При этом после каждой серии обучающимся давались краткие методические указания, направленные на осмысление тактической сути выполняемого действия.

Блок 3. Упражнения на групповые тактические взаимодействия

После освоения и совершенствования индивидуальных действий обучающиеся переходили к упражнениям, формирующим групповую тактическую согласованность.

1. Игра 2×1 с выбором решения.

Два атакующих против одного защитника. Основное внимание обращалось на момент передачи, ширину открывания, использование пространства и рациональный выбор завершения атаки.

2. Игра 3×2 на ограниченном участке поля.

Упражнение использовалось для совершенствования открывания, смены мест, поддержки мяча и своевременного завершения атаки. Защитники создавали реальные условия противодействия, что повышало осмысленность решений.

3. Игра 3×3 с выходом из-под давления.

Три игрока должны были сохранить мяч и вывести его в заданную зону при активном противодействии соперников. Упражнение развивало коллективное принятие решения, смену позиций и поиск свободного партнера.

4. Страховка и подстраивание в паре (оборона).

Два защитника действовали против двух или трех атакующих, решая задачу перекрытия направления передачи, своевременного сближения и взаимной подстраховки.

5. Быстрый переход из атаки в оборону.

После потери мяча игроки обязаны были в течение нескольких секунд изменить направление движения, занять оборонительные позиции и перекрыть свободные зоны.

Блок 4. Учебные игры с тактическими условиями

Закрепление тактических умений осуществлялось в **учебных**, а также в **контрольных играх 4×4, 6×6, 8×8, 11×11** проводимых на уменьшенных или стандартных площадках. Игры организовывались с дополнительными условиями, например:

- атака засчитывалась только после перевода мяча с одного фланга на другой;
- гол засчитывался после не менее чем трех последовательных передач;
- после потери мяча команда обязана была в течение 5 секунд вступить в контрпрессинг;
- обороняющаяся команда получала дополнительный балл за успешный перехват и быстрый выход в атаку;
- игрокам ограничивалось количество касаний, что усиливало требования к скорости принятия решения [14; 42].

Учебные игры с тактическими установками позволяли переносить сформированные умения из частных упражнений в более целостную и приближенную к соревновательной практике деятельность.

В процессе реализации разработанного комплекса применялись следующие методы:

1. Игровой метод. Являлся ведущим, поскольку обеспечивал наиболее естественное включение обучающихся в тактическое решение игровых задач. Игровой метод использовался как в упражнениях малых форм, так и в учебных играх.

2. Метод вариативного упражнения. Позволял менять условия выполнения задания и тем самым стимулировать гибкость тактического

мышления. Варьировались численное соотношение игроков, пространство, темп, число касаний, направление движения и характер начала эпизода.

3. Ситуационно-моделирующий метод. Применялся для воспроизведения типичных эпизодов футбольного матча: выход 2×1, атака 3×2, игра под давлением, контратака, перестроение в обороне.

4. Проблемно-поисковый метод. Тренер не всегда сообщал готовое решение, а создавал условия, при которых обучающиеся самостоятельно искали рациональный вариант продолжения эпизода.

5. Соревновательный метод. Использовался в учебных играх, мини-турнирах и при выполнении упражнений на результативность решения тактической задачи.

6. Метод педагогического анализа и обратной связи. После выполнения серий упражнений проводился разбор наиболее характерных игровых эпизодов, что позволяло обучающимся осознать качество собственного тактического выбора [5; 23].

Комплекс средств и методов тактической подготовки внедрялся поэтапно.

На первом этапе основное внимание уделялось формированию базовых представлений о рациональном игровом действии, совершенствованию индивидуальных тактических решений и освоению простейших парных взаимодействий.

На втором этапе содержание комплекса усложнялось за счет включения упражнений на групповое взаимодействие, действий в условиях численного преимущества и меньшинства, а также переходных игровых ситуаций.

На третьем этапе приоритет отдавался учебным играм с тактическими заданиями, развитию устойчивости игровых решений, повышению скорости перестройки и переносу тактических умений в условия, максимально приближенные к соревновательной деятельности.

В процессе внедрения комплекса особое внимание уделялось:

- поддержанию высокой двигательной и мыслительной активности обучающихся;
- недопущению механического выполнения упражнений;
- поощрению самостоятельного выбора решения;
- формированию умений взаимодействовать с партнерами;
- развитию способности анализировать свои действия и действия команды [8; 29].

Разработанный комплекс отличался от традиционного подхода тем, что в его основе лежала не изолированная отработка отдельных технических элементов, а постоянное включение обучающихся в решение тактических задач. Каждое упражнение содержало условие выбора, противодействия, ориентировки или взаимодействия, благодаря чему формировались не только двигательные действия, но и тактическое мышление, игровое восприятие и способность к оперативной перестройке поведения.

3.2. Экспериментальная проверка эффективности комплекса средств и методов тактической подготовки обучающихся старшего подросткового возраста на секционных занятиях футболом

Экспериментальная проверка эффективности разработанного комплекса средств и методов тактической подготовки обучающихся старшего подросткового возраста на секционных занятиях футболом проводилась в соответствии с логикой исследования, представленной во второй главе. Основной задачей данного этапа являлось выявление динамики показателей тактической подготовленности обучающихся контрольной и экспериментальной групп до начала и после завершения педагогического эксперимента.

В исследовании приняли участие 20 обучающихся старшего подросткового возраста, систематически занимающихся футболом. Из них 10 человек составили экспериментальную группу, занятия которой проводились

на базе КГАУ ДО СШОР по футболу «Енисей», и 10 человек вошли в контрольную группу, занимающуюся на базе футбольной школы «Юниор». Эксперимент осуществлялся в период с сентября 2025 года по май 2026 года.

Для определения уровня тактической подготовленности обучающихся использовались следующие тесты:

- 1 «Выбор игрового решения в ситуации 2×1»;
- 2 «Тактическое взаимодействие в ситуации 3×2»;
- 3 «Тактические действия в обороне в ситуации 2×2»;
- 4 «Экспертная оценка тактических действий в учебной игре».

Полученные результаты позволили проследить изменения, произошедшие в уровне тактической подготовленности обучающихся под влиянием различного содержания учебно-тренировочной работы.

На начальном этапе исследования было проведено первичное тестирование обучающихся контрольной и экспериментальной групп. Его результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1

Показатели тактической подготовленности обучающихся контрольной и экспериментальной групп до начала эксперимента,

Тест	Контрольная группа (n=10)	Экспериментальная группа (n=10)
Выбор игрового решения в ситуации 2×1, баллы	5,6 ± 0,42	5,7 ± 0,40
Тактическое взаимодействие в ситуации 3×2, баллы	5,2 ± 0,37	5,3 ± 0,36
Тактические действия в обороне в ситуации 2×2, баллы	5,4 ± 0,41	5,5 ± 0,39
Экспертная оценка тактических действий в учебной игре, баллы	13,2 ± 0,74	13,4 ± 0,71

Анализ исходных данных показывает, что до начала педагогического эксперимента показатели контрольной и экспериментальной групп находились на близком уровне. По тесту «Выбор игрового решения в ситуации 2×1» средний результат в контрольной группе составил 5,6 ± 0,42 балла, тогда как в экспериментальной группе — 5,7 ± 0,40 балла. По тесту «Тактическое взаимодействие в ситуации 3×2» значения составили

соответственно $5,2 \pm 0,37$ балла и $5,3 \pm 0,36$ балла. В тесте, направленном на оценку тактических действий в обороне, различия также были минимальными: $5,4 \pm 0,41$ балла в контрольной группе и $5,5 \pm 0,39$ балла в экспериментальной группе. Экспертная оценка тактических действий в учебной игре составила $13,2 \pm 0,74$ балла у обучающихся контрольной группы и $13,4 \pm 0,71$ балла у обучающихся экспериментальной группы.

Сопоставимость исходных показателей свидетельствует о том, что обе группы на начальном этапе эксперимента имели приблизительно одинаковый уровень тактической подготовленности. Это создавало необходимые условия для объективной последующей оценки результативности разработанного комплекса средств и методов тактической подготовки.

После завершения педагогического эксперимента было проведено повторное тестирование обучающихся обеих групп по тем же диагностическим показателям. Итоговые результаты представлены в таблице 2.

Таблица 2

Показатели тактической подготовленности обучающихся контрольной и экспериментальной групп после завершения эксперимента

Тест	Контрольная группа (n=10)	Экспериментальная группа (n=10)
Выбор игрового решения в ситуации 2×1, баллы	$6,3 \pm 0,39$	$8,1 \pm 0,35$
Тактическое взаимодействие в ситуации 3×2, баллы	$5,9 \pm 0,34$	$7,8 \pm 0,31$
Тактические действия в обороне в ситуации 2×2, баллы	$6,0 \pm 0,38$	$7,9 \pm 0,33$
Экспертная оценка тактических действий в учебной игре, баллы	$14,8 \pm 0,69$	$19,6 \pm 0,63$

Итоговое тестирование показало положительные изменения в обеих группах, однако выраженность этих изменений оказалась различной. В контрольной группе, занимавшейся по традиционной программе, динамика носила умеренный характер. По тесту «Выбор игрового решения в ситуации 2×1» средний показатель вырос с 5,6 до 6,3 балла. По тесту «Тактическое

взаимодействие в ситуации 3×2» результат увеличился с 5,2 до 5,9 балла. В тесте «Тактические действия в обороне в ситуации 2×2» прирост составил от 5,4 до 6,0 балла. Экспертная оценка тактических действий в учебной игре возросла с 13,2 до 14,8 балла.

В экспериментальной группе, в которой в учебно-тренировочный процесс был внедрен специально разработанный комплекс средств и методов тактической подготовки, прирост оказался значительно более выраженным. По тесту «Выбор игрового решения в ситуации 2×1» средний результат увеличился с 5,7 до 8,1 балла. По тесту «Тактическое взаимодействие в ситуации 3×2» — с 5,3 до 7,8 балла. В тесте на оценку оборонительных тактических действий показатели возросли с 5,5 до 7,9 балла. Экспертная оценка тактических действий в учебной игре повысилась с 13,4 до 19,6 балла.

Полученные данные позволяют утверждать, что внедрение комплекса игровых, ситуационных и вариативных упражнений оказало положительное влияние на формирование индивидуальных, групповых и общекомандных тактических действий обучающихся старшего подросткового возраста.

Для большей наглядности нами был проведен сравнительный анализ прироста результатов в контрольной и экспериментальной группах. Данные представлены в таблице 3.

Таблица 3

Динамика показателей тактической подготовленности обучающихся контрольной и экспериментальной групп

Тест	Контроль ная группа: до	Контроль ная группа: после	Приро ст, %	Эксперимента льная группа: до	Эксперимента льная группа: после	Приро ст, %
Выбор игрового решения в ситуации 2×1, баллы	5,6	6,3	12,5	5,7	8,1	42,1
Тактическо е взаимодейс твие в	5,2	5,9	13,5	5,3	7,8	47,2

ситуации 3×2, баллы						
Тактически е действия в обороне в ситуации 2×2, баллы	5,4	6,0	11,1	5,5	7,9	43,6
Экспертная оценка тактически х действий в учебной игре, баллы	13,2	14,8	12,1	13,4	19,6	46,3

Как видно из таблицы, наиболее выраженная динамика наблюдалась в экспериментальной группе. Особенно заметный прирост был выявлен по показателям, отражающим способность обучающихся принимать рациональное игровое решение и взаимодействовать с партнерами в малых тактических группах. Так, по тесту «Тактическое взаимодействие в ситуации 3×2» прирост в экспериментальной группе составил 47,2 %, тогда как в контрольной группе — 13,5 %. По тесту «Выбор игрового решения в ситуации 2×1» прирост достиг 42,1 % в экспериментальной группе против 12,5 % в контрольной. Похожие различия были зафиксированы и по оборонительным действиям, а также по экспертной оценке учебной игры.

Эти данные указывают на то, что применение разработанного комплекса средств и методов тактической подготовки способствовало не только количественному росту тестовых показателей, но и качественному изменению игрового поведения обучающихся. В процессе наблюдений было отмечено, что обучающиеся экспериментальной группы стали быстрее ориентироваться в игровой ситуации, более своевременно открываться под передачу, лучше использовать ширину и глубину поля, увереннее взаимодействовать с партнерами, а также более организованно действовать после потери мяча и при переходе к обороне.

Для определения статистической достоверности различий между итоговыми результатами контрольной и экспериментальной групп был

использован t-критерий Стьюдента. Обобщенные результаты представлены в таблице 4.

Таблица 4

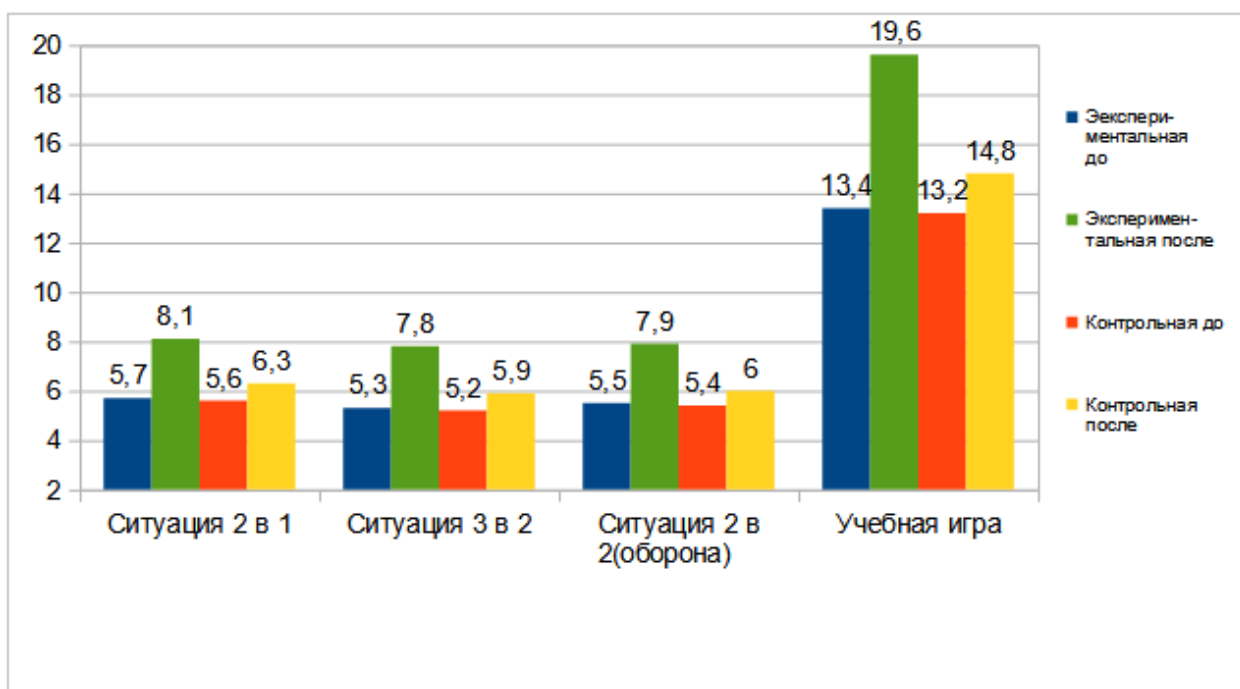
Достоверность различий между контрольной и экспериментальной группами после завершения эксперимента

Тест	t	Уровень значимости
Выбор игрового решения в ситуации 2×1	3,44	p < 0,05
Тактическое взаимодействие в ситуации 3×2	4,13	p < 0,05
Тактические действия в обороне в ситуации 2×2	3,78	p < 0,05
Экспертная оценка тактических действий в учебной игре	5,14	p < 0,05

Результаты статистической обработки показали, что по всем исследуемым тестам различия между контрольной и экспериментальной группами после завершения педагогического эксперимента оказались статистически достоверными при уровне значимости $p < 0,05$. Это позволяет рассматривать выявленные изменения как закономерный результат целенаправленного педагогического воздействия, а не как случайные колебания показателей.

Наиболее высокая достоверность различий была установлена по показателю экспертной оценки тактических действий в учебной игре ($t = 5,14$), что свидетельствует о комплексном положительном влиянии разработанной методики на поведение обучающихся в условиях, максимально приближенных к соревновательной деятельности. Это особенно важно, поскольку именно учебная игра выступает интегральным показателем сформированности тактической подготовленности, объединяя индивидуальные, групповые и командные аспекты действий футболиста.

Рисунок 1 Результаты педагогического эксперимента по этапам реализации



Результаты педагогического эксперимента подтверждают, что тактическая подготовка обучающихся старшего подросткового возраста оказывается более результативной в тех случаях, когда она строится не на эпизодическом включении игровых заданий, а на систематическом применении комплекса специально подобранных средств и методов, ориентированных на решение тактических задач.

Положительная динамика показателей экспериментальной группы объясняется рядом факторов. Во-первых, в процессе занятий обучающиеся регулярно включались в выполнение ситуационных и игровых упражнений, требующих анализа игровой обстановки, выбора решения и его оперативной реализации. Во-вторых, в структуре занятий последовательно использовались задания на индивидуальные, парные и групповые тактические действия, что обеспечивало поэтапное усложнение содержания подготовки. В-третьих, важную роль сыграло применение вариативных условий выполнения упражнений, благодаря чему у обучающихся

развивалась гибкость тактического мышления и способность перестраивать действия в зависимости от игровой обстановки [8; 29].

Существенное значение имело и то, что в экспериментальной группе тактическая подготовка реализовывалась в тесной связи с техническим исполнением и взаимодействием с партнерами. Обучающиеся не просто выполняли передачи, открывания или перемещения, а делали это в условиях, требующих осмысленного выбора и учета поведения соперника. Подобная организация учебно-тренировочного процесса обеспечивала более высокий уровень переноса сформированных умений в учебную игру.

Умеренные положительные изменения в контрольной группе также представляются закономерными, поскольку регулярные секционные занятия футболом сами по себе способствуют накоплению игрового опыта и некоторому повышению уровня тактической подготовленности. Однако отсутствие специально организованной системы тактических заданий и ограниченный объем упражнений ситуационной направленности обусловили менее выраженную динамику показателей по сравнению с экспериментальной группой.

ВЫВОДЫ

Проведенное исследование, посвященное тактической подготовке обучающихся старшего подросткового возраста на секционных занятиях футболом, позволило сформулировать следующие выводы.

1. Анализ научно-методической литературы по теме исследования показал, что тактическая подготовка в структуре секционных занятий футболом представляет собой одно из ключевых направлений учебно-тренировочного процесса, поскольку обеспечивает осмысленное применение технических действий, двигательных возможностей и индивидуального игрового потенциала обучающихся в условиях изменяющейся игровой обстановки. Установлено, что тактическая подготовка включает формирование способности воспринимать игровую ситуацию, анализировать ее, прогнозировать развитие эпизода, выбирать рациональное решение и реализовывать его в индивидуальных, групповых и командных действиях. При этом в практике подготовки юных футболистов вопросам целенаправленного развития тактической подготовленности обучающихся старшего подросткового возраста уделяется недостаточно системное внимание, что подтверждает актуальность избранной темы исследования.

2. Выявлены анатомо-физиологические и психолого-педагогические особенности обучающихся старшего подросткового возраста, имеющие существенное значение для их тактической подготовки на секционных занятиях футболом. Установлено, что данный возрастной этап характеризуется повышением функциональных возможностей организма, совершенствованием нервной регуляции, развитием произвольного внимания, логического и вероятностного мышления, способности к рефлексии, самоконтролю и осознанному взаимодействию со сверстниками. Указанные особенности создают благоприятные предпосылки для формирования тактического мышления, способности к выбору игрового решения, рационального использования пространства и времени, а также для

освоения более сложных форм взаимодействия в атаке и обороне. Одновременно определено, что тактическая подготовка старших подростков должна строиться с учетом их потребности в самостоятельности, эмоциональной включенности, соревновательной мотивации и педагогически организованного командного взаимодействия.

3. Обоснованы средства и методы тактической подготовки обучающихся старшего подросткового возраста на секционных занятиях футболом. Установлено, что наибольшей педагогической результативностью обладают игровые упражнения, малые игровые формы, ситуационные задания, упражнения на индивидуальные, парные и групповые тактические действия, а также учебные игры с заданными тактическими условиями. Доказано, что эффективная тактическая подготовка обеспечивается при использовании игрового, вариативного, соревновательного, проблемно-поискового и ситуационно-моделирующего методов. Разработанный комплекс средств и методов был ориентирован на развитие у обучающихся способности анализировать игровую ситуацию, выбирать рациональный способ действия, взаимодействовать с партнерами, своевременно перестраиваться при смене игровых фаз и сохранять организованность действий в условиях противодействия соперника.

4. Опытнo-экспериментальная проверка подтвердила эффективность разработанных средств и методов тактической подготовки обучающихся старшего подросткового возраста на секционных занятиях футболом. В ходе эксперимента обучающиеся экспериментальной группы продемонстрировали более выраженную положительную динамику по всем исследуемым показателям по сравнению с контрольной группой. По тесту «Выбор игрового решения в ситуации 2×1» результат в экспериментальной группе повысился с 5,7 до 8,1 балла, по тесту «Тактическое взаимодействие в ситуации 3×2» — с 5,3 до 7,8 балла, по тесту «Тактические действия в обороне в ситуации 2×2» — с 5,5 до 7,9 балла, по показателю «Экспертная оценка тактических действий в учебной игре» — с 13,4 до 19,6 балла. В

контрольной группе также наблюдались положительные изменения, однако они были менее выраженными. Статистическая обработка результатов показала достоверность различий между контрольной и экспериментальной группами по итогам эксперимента при уровне значимости $p < 0,05$, что свидетельствует о результативности внедренного комплекса.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

- 1 Алиев И. С. Особенности функциональной подготовленности юных футболистов 15 лет в процессе занятий футболом. — 2020. — URL: <https://elibrary.ru/> (дата обращения: 18.09.2025).
- 2 Ахмедов А. О. Развитие физических качеств старшеклассников в футбольной секции школьного спортивного клуба. — 2024. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-fizicheskikh-kachestv-starsheklassnikov-v-futbolnoy-sektsii-shkolnogo-sportivnogo-kluba> (дата обращения: 24.09.2025).
- 3 Аслаханов С. А. М. Постановка физкультурно-спортивной работы в рамках школьного спортивного клуба на основе потребностей и интереса занимающихся. — 2024. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/postanovka-fizkulturno-sportivnoy-raboty-v-ramkah-shkolnogo-sportivnogo-kluba-na-osnove-potrebnostey-i-interesa-zanimayuschih-sya> (дата обращения: 02.10.2025).
- 4 Болотин А. Э. Особенности дифференцированной подготовки юных футболистов 13–14 лет с учетом игрового амплуа. — 2025. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-differentsirovannoy-podgotovki-yunyh-futbolistov-13-14-let-s-uchetom-igrovogo-amplua> (дата обращения: 11.10.2025).
- 5 Бортникова С. А. Развитие скоростно-силовых качеств мальчиков 14–15 лет на секционных занятиях по футболу. — 2022. — URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=49319860> (дата обращения: 19.10.2025).
- 6 Бриленок Н. Б., Павленкович С. С. Физическая подготовленность футболистов сборной команды университета на разных этапах соревновательного сезона. — 2022. — URL: https://sport-journal.sgu.ru/system/files_force/text-pdf/2022/07/brilenok_pavlenkovich.pdf?download=1 (дата обращения: 27.10.2025).
- 7 Воробей О. В. Алгоритм оценки перспективности подростков для специализированных занятий мини-футболом (футзалом). — 2022. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/algoritm-otsenki-perspektivnosti-podrostkov-dlya>

[spetsializirovannyh-zanyatyy-mini-futbolom-futzalom](#) (дата обращения: 05.11.2025).

8 Горбачева О. А. Специальная подготовка футболистов 15–16 лет по совершенствованию координационных способностей. — 2018. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/spetsialnaya-podgotovka-futbolistov-15-16-let-po-sovershenstvovaniyu-koordinatsionnyh-sposobnostey> (дата обращения: 14.11.2025).

9 Гузь С. М. Специальная физическая подготовка футболистов 13–15 лет. — 2023. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/spetsialnaya-fizicheskaya-podgotovka-futbolistov-13-15-let> (дата обращения: 21.11.2025).

10 Данилов Е. В., Юламанова Г. М., Емелева Т. Ф., Федудина И. Р. Совершенствование координационных способностей футболистов 16–17 лет. — 2022. — URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=49164144> (дата обращения: 29.11.2025).

11 Деркач А. В. Влияние количества уроков физической культуры на функциональные и психофизиологические показатели девочек в старшей школе. — 2026. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-kolichestva-urokov-fizicheskoy-kultury-na-funktsionalnye-i-psihofiziologicheskie-pokazateli-devochek-v-starshey-shkole> (дата обращения: 06.12.2025).

12 Джолиев И. М. О. Психологические аспекты вовлечения подростков в игровые виды спорта и их влияние на социальную адаптацию. — 2024. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-aspekty-vovlecheniya-podrostkov-v-igrovyie-vidy-sporta-i-ih-vliyanie-na-sotsialnuyu-adaptatsiyu> (дата обращения: 15.12.2025).

13 Ерошевский Е. А. Обучение техническим действиям юных футболистов 10–11 лет на начальном этапе подготовки. — 2018. — URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=32732980> (дата обращения: 22.12.2025).

14 Жумадилханов А. А. Обучение футболу на уроках физической культуры в средней школе. — 2022. — URL:

<https://cyberleninka.ru/article/n/obuchenie-futbolu-na-urokah-fizicheskoy-kultury-v-sredney-shkole> (дата обращения: 28.12.2025).

15 Жумадилханов А. А. Тактическая подготовка футболистов U 14–15. — 2022. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/takticheskaya-podgotovka-futbolistov-u-14-15> (дата обращения: 09.01.2026).

16 Ишкузин Д. А., Кругликова В. С., Усманов В. Ф. Методика воспитания общей и специальной выносливости у подростков 15–16 лет, занимающихся мини-футболом. — 2021. — URL: https://uust.ru/media/uploads/MainSite/Ob%20universitete/Izdateli/El_izd/2021-31.pdf (дата обращения: 14.01.2026).

17 Костюнина Л. И., Багайоко Дугуфана. Координационная подготовка футболистов 8–10 лет: направленность, содержание, условия. — 2022. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/koordinatsionnaya-podgotovka-futbolistov-8-10-let-napravlennost-soderzhanie-usloviya/pdf> (дата обращения: 20.01.2026).

18 Медников С., Ильина Н., Ловягина А., Хвацкая Е. Психология физической культуры и спорта: учебник и практикум для СПО. — 2023.

19 Орлов А. В. Формирование защитных действий и взаимодействий у футболистов на этапе спортивной специализации. — 2025. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-zaschitnyh-deystviy-i-vzaimodeystviy-u-futbolistov-na-etape-sportivnoy-spetsializatsii> (дата обращения: 27.01.2026).

20 Павленкович С. С. Физическая и функциональная подготовленность юных футболистов. — 2018. — URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=36975496> (дата обращения: 02.02.2026).

21 Привалов А. В. Развитие гибкости у футболистов: профилактика спортивных травм. — 2025. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitiie-gibkosti-u-futbolistov-profilaktika-sportivnyh-travm> (дата обращения: 08.02.2026).

- 22 Ревнивцев С. В. Влияние секционных занятий по футболу на физическое развитие и функциональные показатели обучающихся начальных классов. — 2024. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-sektsionnyh-zanyatij-po-futbolu-na-fizicheskoe-razvitiye-i-funktsionalnye-pokazateli-obuchayuschih-sya-nachalnyh-klassov> (дата обращения: 13.02.2026).
- 23 Смирнова Е. А., Бирюков В. Г. Физическая подготовленность учащихся старших классов, занимающихся мини-футболом. — 2021. — URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=46680263> (дата обращения: 19.02.2026).
- 24 Ситничук С. С. Малые форматы футбола как средство комплексного развития футболистов 10–12 лет. — 2026. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/malye-formaty-futbola-kak-sredstvo-kompleksnogo-razvitiya-futbolistov-10-12-let> (дата обращения: 24.02.2026).
- 25 Соловьев М. М. Влияние занятий футболом на физическую подготовленность детей 9–11 лет. — 2022. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-zanyatij-futbolom-na-fizicheskuyu-podgotovlennost-detey-9-11-let> (дата обращения: 01.03.2026).
- 26 Суворов В. В. Содержание процесса подготовки футболистов 15–16 лет разных игровых амплуа, обусловленное особенностями соревновательной деятельности. — 2021. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/soderzhanie-protssesa-podgotovki-futbolistov-15-16-let-raznyh-igrovyyh-amplua-obuslovlennoe-osobennostyami-sorevnovatelnoy> (дата обращения: 05.03.2026).
- 27 Фаттахов Р. В. Методика совершенствования технико-тактических действий футболистов 15–16 лет с учетом выбранных атакующих вариантов. — 2025. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/metodika-sovershenstvovanie-tehniko-takticheskikh-deystviy-futbolistov-15-16-let-s-uchetom-vybrannyh-atakuyuschih-variantov> (дата обращения: 09.03.2026).
- 28 Фроленков В. Н. Психология в сфере физической культуры и спорта. — 2023. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologiya-v-sfere-fizicheskoy-kultury-i-sporta> (дата обращения: 12.03.2026).

29 Хабибулин Д. А. Развитие психологических навыков у футболистов-подростков: разработка и оценка программы сопровождения. — 2026. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-psihologicheskikh-navykov-u-futbolistov-podrostkov-razrabotka-i-otsenka-programmy-soprovozhdeniya> (дата обращения: 16.03.2026).

30 Швалева Т. А., Кузнецова Ж. В., Ермохин А. В. Техничко-тактическая подготовка юных футболистов на основе игровых заданий. — 2020. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tehniko-takticheskaya-podgotovka-yunyh-futbolistov-na-osnove-igrovyh-zadaniy.pdf> (дата обращения: 20.03.2026).

31 Шибанова А. С. Влияние физической культуры на психологическое состояние подростков. — 2024. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-fizicheskoy-kultury-na-psihologicheskoe-sostoyanie-podrostkov> (дата обращения: 24.03.2026).

Источники на иностранном языке

32 Acoumambo D. et al. Assessing the Stability of Tactical Learning in Youth Footballers. — 2026. — URL: <https://www.frontiersin.org/journals/cognition/articles/10.3389/fcogn.2026.1664983/full> (дата обращения: 17.09.2025).

33 Afonso P. et al. Shaping Training Load, Technical–Tactical Behaviour, and Decision-Making in Youth Football Through Small-Sided Games. — 2025. — URL: <https://www.mdpi.com/2075-4663/13/8/244> (дата обращения: 30.09.2025).

34 Armatas V. et al. Tactical Indicators and Situational Variables Affecting Goal Scoring Patterns in Elite Youth Soccer. — 2025. — URL: <https://www.mdpi.com/2076-3417/15/8/4532> (дата обращения: 07.10.2025).

35 Clemente F. M. et al. Effects of Small-Sided Game Interventions on the Technical Execution and Tactical Behaviors of Youth Team Sports Players. — 2021. — URL: <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2021.667041/full> (дата обращения: 18.10.2025).

- 36 Curless M. Coaching Positional Soccer: Perfecting Principles and Skills. — 2021.
- 37 Gaviria Alzate S. J. O. et al. A Socio-Constructivist Framework for Tactical Development in Team Sports. — 2025. — URL: <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2025.1610750/full> (дата обращения: 01.11.2025).
- 38 González-Rodenas J. et al. Effects of Different Tactical Formations on Positional Team Behaviors During Small-Sided Games in Youth Soccer. — 2024. — URL: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12127938/> (дата обращения: 12.11.2025).
- 39 Hamaidi J. et al. The Effectiveness of Differential Learning in Small-Sided Soccer Games. — 2025. — URL: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12884887/> (дата обращения: 23.11.2025).
- 40 Hegedüs P. et al. Age-Related Effects of Physical Performance on Technical–Tactical Parameters in Youth Soccer. — 2025. — URL: <https://www.mdpi.com/2075-4663/13/6/162> (дата обращения: 04.12.2025).
- 41 Luxbacher J. Soccer Training: 160 Drills to Develop Skills and Tactics for Players Ages 10–18. — 2024.
- 42 McBurnie A. J. et al. Training Management of the Elite Adolescent Soccer Player Throughout Maturation. — 2021. — URL: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8708071/> (дата обращения: 18.12.2025).
- 43 Paun G. D. et al. Small-Sided Games in Youth Football. — 2025. — URL: <https://www.mdpi.com/2071-1050/17/21/9563> (дата обращения: 11.01.2026).
- 44 Plakias S. et al. Tactical Situations and Playing Styles as Key Performance Indicators in Soccer. — 2024. — URL: <https://www.mdpi.com/2411-5142/9/2/88> (дата обращения: 07.02.2026).
- 45 Rumpf M. C. et al. Touch Restriction During Small-Sided Games in Soccer. — 2025. — URL:

<https://www.frontiersin.org/journals/sports-and-active-living/articles/10.3389/fspor.2025.1705921/full> (дата обращения: 21.03.2026).