

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

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/diplomnaya-rabota/343897>

Тип работы: Дипломная работа

Предмет: Физическая культура и спорт

ОГЛАВЛЕНИЕ

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

Характеристика видов подготовки спортсменов, занимающихся футболом

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

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

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

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

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

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

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

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

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

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

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

- М.: Спорт, 2017. - 269 с.

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

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

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

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/diplomnaya-rabota/343897>