

*На правах рукописи*



**АЛЬШИХ Мхд.Висам**

**СОДЕРЖАНИЕ И ОРГАНИЗАЦИЯ ГОДИЧНОГО  
ТРЕНИРОВОЧНОГО ЦИКЛА ФУТБОЛИСТОВ 8-9 ЛЕТ  
В СИРИЙСКОЙ АРАБСКОЙ РЕСПУБЛИКЕ**

5.8.5. Теория и методика спорта

**АВТОРЕФЕРАТ**

диссертации на соискание ученой степени

кандидата педагогических наук

Ульяновск – 2024

Работа выполнена в Федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова»

- Научный руководитель:** Тимошина Ирина Назимовна, доктор педагогических наук, профессор, проректор по научной работе Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова»
- Официальные оппоненты:**
- Губа Владимир Петрович, доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры теории и методики спортивных игр Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Смоленский государственный университет спорта»
- Иванов Олег Николаевич, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры теории и методики футбола и хоккея Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Московская государственная академия физической культуры»
- Ведущая организация:** Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Сибирский государственный университет физической культуры и спорта»

Защита состоится 31 мая 2024 г. в 13.00 часов на заседании объединенного диссертационного совета 99.2.085.02 на базе ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры», ФГБОУ ВО «Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма» по адресу: 420010, г. Казань, территория Деревня Универсиады, зд. 35, ауд. D 301.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке и на сайте Волгоградской государственной академии физической культуры: <http://www.vgafk.ru>.

Автореферат разослан «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2024 г.

Ученый секретарь  
диссертационного совета,  
кандидат педагогических наук,  
доцент



Стеценко Наталья Викторовна

## I. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

**Актуальность.** Футбол распространен во многих странах мира и является одним из самых популярных видов спорта. Он стал частью культуры и объектом национальной гордости. Двести одиннадцать национальных футбольных федераций входят в международную федерацию футбола (FIFA).

Важным преимуществом футбола становится его общедоступность: для игры необходим мяч, ровная площадка и ворота. Играть можно даже во дворе – именно с «дворового футбола» начинали свой путь многие профессиональные футболисты.

Занятия футболом способствуют укреплению опорно-двигательного аппарата, улучшению работы кровеносной и дыхательной систем, а также развитию двигательной координации, игрового мышления, скоростно-силовых качеств и выносливости. Свое влияние они оказывают и на морально-волевые характеристики игроков. Сегодня футболисту необходимо соответствовать требованиям, которые предъявляет ему современность. В их число можно включить следующие: во-первых, физическую подготовку, во-вторых, владение техническими приемами, в-третьих, умение взаимодействовать с партнерами по звеньям и, в-четвертых, способность проявлять тактическую смекалку и наносить точные удары по воротам. Все перечисленное составляет мастерство игрока (Х. Вайн, 2004; М.А. Годик, 2006; С.В. Морозов, Е.Н. Филиппова, 2015 и др.).

Футбол – популярный вид спорта среди жителей Сирийской Арабской Республики (САР). Повышение популярности того или иного спорта всегда приводит к тому, что желающих направить своего ребенка в спортивную секцию возрастает. Несмотря на это, говорить о заметных спортивных достижениях в этом виде спорта в Сирии не приходится, так как на значительной территории страны продолжаются военные действия.

Развитие футбола в Сирийской Арабской Республике и улучшение качества игры футболистов в настоящее время специалисты связывают, прежде всего, с совершенствованием процесса подготовки юных футболистов, которые составляют спортивный резерв страны. Именно здесь, на начальном тренировочном этапе формируются основы техники и тактики игры юных спортсменов, создается фундамент их физической подготовленности.

Играть в футбол в Сирии начали в начале 20 века в 1900 году. В настоящее время Сирийская Арабская Федерация футбола (САФФ) является головной организацией, включает в себя спортсменов всех возрастных групп, отвечает за национальные футбольные команды и местные клубы, организует футбольные турниры различного уровня. В САР осуществляют подготовку тренеров по футболу на факультете физической культуры в Университетах Хамы и Латакии. В Латакии есть магистратура по направлению «Спортивная подготовка». Каждый год выпускается 100 специалистов с сертификатами, дающими право вести преподавательскую и тренерскую деятельность, из которых более 20 человек являются тренерами по футболу. В основном квалифицированные специалисты становятся тренерами взрослых или юниорских футбольных команд. Для большого количества детей, желающих заниматься футболом, в стране недостаточно развита система функционирования детских спортивных секций.

В Сирийской Арабской Республике до начала военных действий было много детских футбольных академий при клубах САФФ, но они в период военных действий перестали работать. В настоящее время детские футбольные академии вернулись в состав клубов. Кроме этого, известные сирийские футболисты открыли частные академии. САФФ набирает детей в группу начальной подготовки только с 10 лет, а в частных академиях и школах могут заниматься дети с 7-8 лет.

Тем не менее, квалифицированных кадров для развития футбола в стране явно недостаточно. Большинство детских тренеров имеют низкий уровень теоретико-методической подготовленности, что существенно снижает эффективность их профессиональной деятельности. Самостоятельно создавать тренировочные программы для детей различного возраста такие специалисты не в состоянии. Именно поэтому необходимо разработать научно обоснованную программу годового тренировочного цикла детей 8-9 лет, которая была бы понятна и доступна для тренеров САР. Безусловно, такая программа должна основываться на передовых достижениях современной науки, учитывать опыт подготовки футболистов в других странах, а также уровень физического развития и функциональной подготовленности сирийских детей, климатогеографические условия их жизни.

**Степень научной разработанности проблемы.** Особенности развития футбола в САР отражены в работах Амро Абу Альмаджд и Ибрагим Шаалан (1996), Амро Абу Альмаджд и Гамаль Исмаил Аннамки (1997), Захран Альсайед (1997), в которых авторами выявляются основные направления работы в Сирийских футбольных школах и академиях. В частности, сирийскими специалистами рассматриваются следующие вопросы: совершенствование процесса подготовки юных футболистов, модернизация системы отбора и прогнозирование результатов, повышение эффективности управления тренировочным процессом, подготовка достаточного количества квалифицированных тренерских кадров.

Подходы к тренировочному процессу в практике футбольных школ и академий в нашем исследовании отражены, исходя из данных научной и учебно-методической литературы ряда авторов стран Арабского мира. Так, например, существенный вклад в развитие футбола как вида спорта внесли такие известные арабские авторы, как Муфтий Хаммад (1997, 2011) Мофак Махмуд Асаад (2011), Мухаммад Ибрагим Шехата (2015) и др., ими рассматриваются содержание и особенности разных сторон спортивной деятельности с различным возрастным контингентом.

Кроме того, рядом других арабских авторов отражаются особенности подготовки футболистов, в частности, Ахмед Фатхи Агтия (2017) в своей работе делает акцент на обучении навыкам игры в футбол и подбору различных упражнений для их развития.

Специалисты в области массового футбола Ханафи Мухтар (1997) и Амин Собхи Хилал (2015) в своих работах рассматривали вопросы физической, технической, тактической и психологической подготовки футболистов разного возраста и подготовленности, планирование спортивной подготовки и тесты по оценке технических навыков в футболе. Мофак Маджид Альмаула (2009, 2016) отмечает необходимость использования тренерами теоретического и практического опыта при составлении годового плана спортивной подготовки футболистов. Медхат Абу Аннаср (2016) отмечает важность использования разнообразных подвижных и спортивных игр в тренировочном процессе. Такими авторами, как Муфтий Хаммад (1997) и Хашем Ясир Хасан (2008, 2011) рассматривались тренировочные блоки с составлением конкретных программ для определенного возрастного периода, в которых детализировалось содержание технической, тактической и физической подготовки.

Авторы из Палестины (Тавеел Мохаммед, М.М. Шестаков, 2014; Тавеел Мохаммед, 2015), Ирака (Адхаб Мохаммед Радхи и др., 2014), а также Республики Беларусь и Китайской Народной Республики (Ю.А. Баранаев и др., 2020, 2022; Ма Цзихао, 2022) рассматривают в своих работах вопросы спортивного отбора футболистов в условиях своих государств на этапе начальной подготовки. Также ряд других исследователей (А.А. Жумадилханов, В.П. Попов, С.Т. Маженов, 2022), в

частности, из Республики Казахстан рассматривают проблемы базовой и начальной физической подготовки юных футболистов.

Анализируя специальную научную литературу российских авторов, мы опирались на исследования, связанные с вопросами предварительного спортивного отбора и с особенностями тренировочного процесса юных спортсменов, как на начальном (предварительном) этапе спортивной подготовки, так и на других этапах многолетнего процесса подготовки спортивного резерва. В частности, данные вопросы рассматривались рядом заслуженных авторов таких, как А.Г. Дембо (1981), Т.Г. Сулимова (1997), В.П. Губа (2008–2010, 2012, 2016, 2017), В.Г. Никитушкина (2009), Шальнов (2009), Д.Л. Корзун (2013), А.Н. Губернский (2013), С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва (2013), С.В. Морозов, Е.Н. Филиппова (2015), А.В. Борисова (2016), А.В. Поканинов (2018), В.Л. Лернер, Г.И. Дерябина, А.М. Шпичко, В.А. Лудков (2018), А.В. Антипов (2021), А.А. Зайцев (2022) и др.

Известные арабские ученые в своих трудах также рассматривали вопросы отбора на предварительном этапе спортивной подготовки (Ирак, Самер Мохсен Исмаил, 1991; Саудовская Аравия, Хазза Бин Мухаммад Альхазза, 2010 и др.).

В настоящее время спортивные ученые САР (Джамаль Альшехаби и др., 2021; Фуад Баджбудж и Майсам Хаддуж, 2021) отмечают, что низкая профессиональная квалификация тренеров по футболу в Сирии приводит их к эмоциональному истощению и делает невозможным повышение эффективности тренировочного процесса. Изменить ситуацию возможно за счет непрерывного повышения профессионального мастерства детских тренеров, улучшения условий труда и проведения курсов обучения современным футбольным методикам и технологиям тренировочной работы.

В своей работе сирийский специалист Фуад Баджбудж (2023) подчеркивает, что этап 7–10 лет в футболе является этапом всестороннего и общего развития юного спортсмена, а не этапом спортивных достижений. Он обозначает необходимость разработки инновационных программ обучения и воспитания юных футболистов, учитывающих возраст и состояние здоровья детей, соответствующих их способностям, что в итоге обеспечит оптимальный переходный процесс от предварительного периода физкультурно-оздоровительной подготовки к начальной спортивной подготовке.

Таким образом, можно сделать заключение о том, насколько важно использовать комплексный подход в тренировочном процессе сирийских футболистов 8-9 лет, обусловленный необходимостью формирования базовых технических умений и навыков, а также повышения физической подготовленности и морфофункциональных возможностей юных футболистов. Также следует осуществлять предварительный спортивный отбор, обеспечивающий возможность плавного перехода от оздоровительной к спортивной деятельности.

Анализ научно-методической литературы и состояния теории и практики развития футбола в Сирийской Арабской Республике позволил определить следующие **противоречия**:

– на *социально-практическом уровне* – между возрастающей потребностью в количестве детских спортивных секций, с одной стороны, и недостаточной успешностью процесса подготовки квалифицированных тренеров, с другой стороны;

– на *научно-методическом уровне* – между имеющимся потенциалом средств и методов подготовки юных футболистов, с одной стороны, и отсутствием программ тренировочного процесса футболистов 8-9 лет со спортивно-оздоровительной направленностью, с другой стороны.

С учетом выявленных противоречий была сформулирована *научная задача исследования*: каким должно быть содержание годового тренировочного цикла сирийских футболистов 8-9 лет в группе спортивно-оздоровительной направленности и как должен быть организован педагогический процесс, чтобы его эффективность стала значительно выше существующих в САР методик?

**Объект исследования** – тренировочный процесс юных футболистов в Сирийской Арабской Республике.

**Предмет исследования** – содержание и организация годового тренировочного цикла сирийских футболистов 8-9 лет в группе спортивно-оздоровительной направленности.

**Цель исследования** – теоретически и экспериментально обосновать программу годового тренировочного цикла сирийских футболистов 8-9 лет в группе спортивно-оздоровительной направленности.

**Гипотеза исследования** состоит в предположении о том, что программа тренировочного годового цикла подготовки сирийских футболистов 8-9 лет будет эффективной и педагогически результативной, если в основу ее содержания будут положены средства и методы спортивной подготовки юных российских футболистов с учетом специфики организации педагогического процесса в Сирийской Арабской Республике, а также комплексный подход, предусматривающий одновременное и параллельное формирование теоретических знаний, техники владения мячом, развитие физических и морально-волевых качеств юных спортсменов.

Исходя из цели исследования, были определены следующие **задачи**:

1. Изучить теоретическое и практическое состояние проблемы спортивной подготовки юных футболистов Сирийской Арабской Республики и определить перспективные направления ее решения.

2. Обосновать содержание и организацию тренировочного процесса сирийских футболистов 8-9 лет в группах спортивно-оздоровительной направленности в годовом цикле их подготовки.

3. Разработать программу годового тренировочного цикла футболистов 8-9 лет в группе спортивно-оздоровительной направленности и механизм ее реализации в условиях Сирийской Арабской Республики.

4. Апробировать и доказать эффективность разработанной программы годового тренировочного цикла сирийских футболистов 8-9 лет в группе спортивно-оздоровительной направленности в специально организованном педагогическом эксперименте.

Для решения поставленных задач были использованы следующие **методы исследования**: анализ и обобщение научно-методической литературы; методы математической статистики, а также комплекс социологических и педагогических методов, в число которых можно включить следующие: опрос, анкетирование, тестирование физической и технической подготовленности, педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент, антропометрия.

**Научная новизна результатов исследования**:

– выявлена ключевая проблема низкой результативности юных футболистов в Сирийской Арабской Республике, которая заключается в отсутствии научно разработанных тренировочных программ различных этапов и циклов подготовки, в том числе и годовых. Усугубляется данная проблема в Сирии также недостатком: системной физкультурно-оздоровительной деятельности с детьми дошкольного возраста; нормативно-организационных материалов, определяющих деятельность детских спортивных секций и клубов; сертифицированных тренеров для работы с юными спортсменами; эффективных методик предварительного отбора наиболее

двигательно-одаренных детей; системной работы с родителями детей, занимающихся спортом; системной научно-исследовательской деятельности по определению комплекса информативных тестов для выявления и оценки уровня физической и технической подготовленности детей к занятиям футболом;

- определены из арсенала российских стандартов спортивной подготовки по футболу наиболее эффективные средства и методы физической и технической подготовки игроков 8-9 лет Сирии с учетом таких возрастных особенностей, как анатомо-физиологические и морфофункциональные, а также климатогеографических условий организации тренировочного процесса;

- определены морфофункциональные показатели юных сирийских футболистов в возрасте 8-9 лет, показатели их физического развития, физической, технической и теоретической подготовленности, а также выявлены различия в уровне физической и технической подготовленности сирийских и российских юных футболистов данного возраста;

- разработана программа годового тренировочного цикла сирийских футболистов 8-9 лет, включающая теоретическую подготовку – 32 часа, физическую подготовку (ОФП/СФП) – 60/50 часов, технико-тактическую подготовку (навыки и умения владения мячом) – 80 часов, сюжетные подвижные и различные спортивные игры – 60 часов, соревновательную практику (учебно-тренировочные игры) – 30 часов и обеспечивающая: комплексное развитие физических качеств, обучение технике владения мячом, формирование теоретических знаний и морально-волевых качеств личности.

**Теоретическая значимость** результатов исследования заключается в дополнении теории и методики спортивной тренировки юных футболистов положениями и выводами диссертации, в которых:

- изложены знания и представления специалистов, отражающие особенности развития детского футбола как вида спорта в европейских и арабских странах;

- расширяется понимание значимости образовательной направленности тренировочного процесса юных футболистов с использованием игровых средств из арсенала подвижных игр;

- объясняются пути и механизмы повышения эффективности тренировочного процесса сирийских футболистов 8-9 лет в условиях современного развития Сирийской Арабской Республики.

Основные положения работы и ее конкретные результаты успешно используются в теории спортивной тренировки и практике контроля спортивной подготовленности, оценке морфологического и функционального состояния юных спортсменов в Сирийской Арабской Республике.

**Практическая значимость** результатов исследования заключается в том, что практическое использование разработанной и апробированной экспериментальной программы тренировочного годового цикла спортивно-оздоровительной направленности в многолетней системе подготовки спортсменов высокой квалификации у юных футболистов обеспечивает существенное улучшение качественных и количественных показателей физической и технической подготовленности, а также соревновательной результативности юных сирийских футболистов.

Полученные в ходе педагогического эксперимента результаты исследования могут быть использованы: при составлении программно-нормативных материалов (спортивного стандарта) для тренировочного процесса юных футболистов в Сирийской Арабской Республике; в процессе повышения квалификации детских тренеров по футболу в Сирийской Арабской Республике; в учебном процессе по

дисциплине теория и методика футбола для студентов средних и высших образовательных организаций по физической культуре и спорту в Сирийской Арабской Республике и Российской Федерации.

**Теоретико-методологической основой исследования выступают:**

- программирование спортивной подготовки (Ю.В. Верхошанский);
- физиологическая теория построения движений (Н.А. Бернштейн);
- психологическая теория деятельности (Л.С. Выготский);
- теория и методика спортивной тренировки (Л.П. Матвеев, В.Н. Платонов);
- теория и методика обучения двигательным действиям (М.М. Боген);
- теория и методика детско-юношеского спорта (М.Я. Набатникова, Н.Г. Озолин, В.П. Филин);
- теория и методика футбола (В.А. Выжгина, В.П. Губа, С.В. Голомазов, А.П. Золотарев, О.Б. Лапшин, А.В. Лексакова, Н.М. Люкшинов, Г.В. Монаков, М.С. Полишкиса, А.А. Сучилин, Б.Г. Чирва);
- методология и технология спортивного отбора (М.С. Бриль, В.П. Губа, А.А. Гужаловский, В.Г. Никитушкин).

**Основные положения, выносимые на защиту:**

1. Ключевая проблема низкой результативности юных футболистов в Сирийской Арабской Республике заключается в отсутствии научно разработанных и экспериментально апробированных тренировочных программ различных этапов и циклов подготовки, в том числе и годичных. Кроме этого существует еще и ряд неблагоприятных факторов, таких как недостаток: организованной физкультурно-оздоровительной деятельности детей дошкольного возраста; нормативно-организационных материалов, определяющих деятельность детских спортивных секций и клубов; сертифицированных тренеров для работы с юными спортсменами; эффективных методик предварительного отбора наиболее двигательно-одаренных детей; системной работы с родителями детей, занимающихся спортом; системной научно-исследовательской деятельности по определению комплекса информативных тестов для выявления и оценки уровня физической и технической подготовленности детей к занятиям футболом.

2. Разработанная программа годичного тренировочного цикла сирийских футболистов 8-9 лет в группе спортивно-оздоровительной направленности отличается как от существующей сирийской программы, так и в некоторых позициях от российской программы спортивной подготовки. В предлагаемой программе в педагогические задачи и содержание включен раздел, направленный на освоение теоретических знаний и формирование личности, объемом 32 часа. За счет уменьшения объема времени технико-тактической подготовки было выделено 60 часов на сюжетные подвижные и спортивные игры, что компенсирует недостающий объем физической подготовки юных сирийских футболистов. В качестве тренировочных средств и методов физической и технической подготовки юных футболистов Сирии определены средства из арсенала российских стандартов спортивной подготовки по футболу с учетом их возрастных анатомо-физиологических и морфофункциональных особенностей, а также климатогеографических условий организации тренировочного процесса в Сирии.

3. Экспериментальная программа годичного тренировочного цикла сирийских футболистов 8-9 лет на спортивно-оздоровительном этапе включает: комплексный учебно-тематический план; содержание тренировочных занятий на год обучения; методические материалы, раскрывающие вопросы развития физических качеств и двигательных способностей (средства, методы, направленность и режимы нагрузки и отдыха); методические материалы по вопросам как обучения базовой технике игры,



так и совершенствования технико-тактической подготовленности юных игроков (средства, методы, конкретизация индивидуальной, групповой и командной подготовки); методические материалы по вопросам нормирования и контроля спортивно-технической подготовленности юных футболистов (выбор и обоснование тестирующих процедур, выявление модельных характеристик подготовленности); практические рекомендации тренеру по организации и планированию тренировочного процесса, по повышению мотивации к занятиям у юных спортсменов, по содержанию работы с родителями занимающихся.

4. Тренировочные занятия по экспериментальной программе у сирийских футболистов 8-9 лет существенно улучшают показатели физической и технической подготовленности, а также уровень теоретических знаний. В результате планомерного и последовательного осуществления спортивно-оздоровительной деятельности юных футболистов в рамках реализации программного содержания экспериментального тренировочного процесса появляется возможность достижения ряда показателей, характеризующих успешность их обучения, воспитания и оздоровления:

- улучшение физического развития;
- комплексное развитие физических качеств;
- достижение умений и навыков в технике владения мячом;
- повышение уровня основных знаний оздоровительного характера.

**Достоверность и обоснованность** обеспечены методологической разработанностью исходных позиций, основанных на фундаментальных положениях ряда педагогических и психофизиологических исследований; комплексом методов, соответствующих цели, задачам, предмету и логике исследования; сочетанием количественного и качественного анализов результатов экспериментальной работы с использованием методов математической статистики; личным участием автора на всех этапах педагогического эксперимента.

**Апробация и внедрение результатов исследования.** Основные положения и результаты исследования представлены в опубликованных материалах 4-й Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвященной 75-летию Победы в Великой Отечественной войне (г. Ульяновск, 27 ноября 2020 г.), 5-й Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвященной 50-летию факультета физической культуры и спорта ФГБОУ ВО «Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова» (г. Ульяновск, 26 ноября 2021 г.), 1-й Всероссийской научно-практической конференции «Профессионально-ориентированная подготовка тренера-преподавателя в вузе: проблемы, тенденции, перспективы» (г. Саранск, 26 декабря 2022 г.), Международной научно-практической конференции «Современные проблемы физического воспитания, спорта и туризма, безопасности жизнедеятельности в системе образования» (Ульяновск, 22 ноября 2023 г.).

Результаты исследования представлены в 15 научных публикациях, из которых 5 статей (3 Scopus) опубликованы в рецензируемых научных изданиях.

Результаты диссертационного исследования внедрены в тренировочный процесс Сирийской футбольной академии «Фирас Альхатиб» и клуба Сирийской Арабской Федерации футбола «Альвасба» (г. Хомс).

**Соответствие диссертации паспорту научной специальности.** Диссертационная работа соответствует паспорту научной специальности 5.8.5. Теория и методика спорта (педагогические науки) в части п. 29. Теория и методика детско-юношеского спорта и Перечню актуальных тематик диссертационных исследований в области наук об образовании от 2023 года в части 5.29.4

Методические приемы специальной и технической подготовки юных спортсменов на этапе начальной подготовки.

**Структура и объем диссертации.** Диссертационная работа состоит из введения, четырех глав, выводов, заключения, практических рекомендаций, списка литературы и приложений. Содержание работы изложено на 185 страницах, включает 23 таблицы и 12 рисунков. Список литературы содержит 190 источников, из них 30 источников – на иностранных языках.

## **II. ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ**

**Во введении** обоснована актуальность, представлены проблема, цель, объект, предмет, гипотеза, задачи и методы исследования, а также его научная новизна, теоретическая и практическая значимость, приведены основные положения, выносимые на защиту.

**В первой главе** «Теоретические и методические аспекты тренировочного процесса юных футболистов в Сирийской Арабской Республике» приведены материалы теоретического анализа состояния научной разработанности исследуемой проблемы.

В разделе 1.1 «Современное развитие футбола в Сирийской Арабской Республике» раскрыта проблематика современного состояния учебно-тренировочного процесса в футбольных клубах и спортивных секциях Сирии.

В разделе 1.2 «Особенности тренировочного процесса юных футболистов в разных странах» рассмотрены работы ряда специалистов из арабских стран Ближнего Востока, стран Северной и Восточной Африки, а также научной школы РФ, отражающие содержание спортивной подготовки юных футболистов.

В разделе 1.3 «Этапы и критерии спортивного отбора юных футболистов» рассмотрены методические подходы отбора юных спортсменов для занятий футболом в различных условиях.

В разделе 1.4 «Учет морфофункциональных особенностей детей 8-9 лет в тренировочном процессе по футболу» указана значимость физического развития и медико-биологического контроля при планировании учебно-тренировочного процесса для юных футболистов.

**Во второй главе** «Методы и организация исследования» дано описание методов, которые применяли для решения задач исследования. А также раскрыты этапы и особенности организации исследования (2018-2023 гг.). В констатирующем эксперименте приняли участие более 200 детей, занимающихся футболом в спортивных клубах города Хомс (САР) и города Ульяновск (РФ); в формирующем эксперименте в КГ и ЭГ испытуемых было по 25 футболистов 8-9 лет.

**В третьей главе** «Теоретико-методологическое обоснование основ построения тренировочного процесса сирийских футболистов 8-9 лет» отражены результаты констатирующего эксперимента: выявлены проблемы развития сирийского футбола и раскрыты особенности учебно-тренировочного процесса юных сирийских футболистов 8-9 лет, проведено сравнительное исследование физического развития сирийских (контрольная и экспериментальная группа) и российских детей, на основе полученных данных сформированы и обоснованы средства и методы экспериментальной программы.

В разделе 3.1 «Уровень профессиональной подготовленности сирийских детских тренеров по футболу» отражены результаты исследования анкетирования тренеров, позволившее провести системный анализ развития футбола в Сирийской Арабской Республике, который показал, что в настоящее время существуют явные проблемы: недостаточное программно-методическое обеспечение тренировочного процесса именно в детском футболе; отсутствие значимых спортивных достижений на соревнованиях различного ранга; относительно низкий уровень оплаты труда и мотивации к педагогической деятельности детского тренера по футболу.

Результаты опроса 10 тренеров, работающих с детскими командами, показали, что из известных педагогических приёмов обучения и воспитания в качестве приоритетного выступает вербальный метод; использование приема лучших – «делай как они» (98,0%), наряду с указанием типичных ошибок в игре и словесным одобрением. Домашние задания, как и индивидуальный подход, практикуют 60,5% и 51,5% тренеров соответственно. 32% опрошенных детских тренеров ведут дневники учебно-тренировочной работы. Основной формой воспитательной работы с юными спортсменами, по мнению сирийских тренеров, является индивидуальная беседа с детьми для решения, возникающих в ходе тренировки проблем (74% опрошенных), проведение собрания команды (100%). Порядка 32% тренеров знакомят детей с основами теоретических знаний об истории становления и развития футбола, содержания и принципах спортивной тренировки; только 25,3% респондентов используют различный видеоматериал. В русле исследования эффективности работы сирийских тренеров по футболу мы провели корреляционный анализ их удовлетворенности своей педагогической деятельностью и индивидуальным стилем деятельности. Значимой корреляции между доминирующим стилем педагогической деятельности и наличием (отсутствием) сертификата у тренера по футболу САР не обнаружено. Корреляции между удовлетворенностью педагогической деятельностью тренера по футболу в САР и доминирующим индивидуальным стилем педагогической деятельности также не выявлено. Таким образом, можно констатировать, что большинство сирийских тренеров по футболу, работающих с детьми, имеют минимальный уровень квалификации.

В разделе 3.2 «Определение и оценка уровня физического развития и физической подготовленности юных футболистов Сирии и России» проведен сравнительный анализ показателей базового уровня физического развития и физической подготовленности испытуемых в количестве 100 сирийских мальчиков и 100 российских. Одинаковый возрастной период 7-8 лет позволил нам выявить соответствующие различия в уровнях физической подготовленности и развития испытуемых в ходе предварительного констатирующего эксперимента.

Как показывают результаты тестирования физического развития испытуемых перед началом тренировочных занятий по экспериментальной программе, средний показатель массы тела сирийских и российских футболистов не имел статистически значимых различий ( $P > 0,05$ ). Вместе с тем, среднее значение длины тела сирийских футболистов и российских футболистов имело статистически значимое различие ( $P < 0,05$ ). Здесь следует отметить, что, в целом, показатели физического развития юных российских футболистов относительно выше, чем у их сверстников в Сирии.

Также мы сравнивали общую физическую подготовленность сирийских и российских юных футболистов. Показатели российских футболистов в 4-х двигательных тестах из 6-ти были относительно выше, чем аналогичные параметры подготовленности сирийских футболистов ( $P < 0,05$ ). Вместе с тем, средние значения в беговых тестах «Бег на 60 м» и «Челночный бег 3 раза по 10 м» выявили преимущественное развитие скоростных качеств у юных сирийских футболистов по сравнению с российскими сверстниками.

Полученные в результате констатирующего педагогического эксперимента фактические данные позволили определить базовые (фоновые) показатели физического развития и физической подготовленности юных футболистов САР, которые позволили в дальнейшем действительно их использовать для обоснования содержания экспериментальной программы и выбора рациональных средств и методов тренировочного процесса сирийских футболистов 8-9 лет.

В разделе 3.3 «Определение средств и методов тренировочного процесса годичного цикла подготовки юных футболистов» выявлены различия в организации и содержании тренировочных занятий сирийских футболистов (КГ и ЭГ) и российский

футболистов (ГР), а также представлены основные положения экспериментальной программы обучения и тренировки юных сирийских футболистов 8-9 лет.

В Таблице 1 представлено содержание ряда разделов годовых планов в различных программах спортивной подготовки в исследуемых группах.

Таблица 1 – Нормативные параметры разделов годового тренировочного плана в программах спортивной подготовки юных футболистов

Содержание годового плана программы спортивной подготовки			
Разделы	ЭГ - Сирия	Группа - Россия	КГ - Сирия
Количество занимающихся в группе	15-20 человек	12-30 человек	15-35 человек
Теоретическая подготовка	32 часа	-	-
Физическая подготовка (ОФП/СПФ)	60/50 часов	150 часов	75 часов
Технико-тактическая подготовка (навыки и умения владения мячом)	80 часов	150 часов	150 часов
Подвижные и различные спортивные игры	60 часов	-	20 часов
Соревновательная практика (учебно-тренировочные игры)	30 часов	от 1 до 12 часов	67 часов
Количество тренировок в неделю	3	3	3
Количество часов в неделю	6 часов	6 часов	6 часов
Общее количество часов в год	312 часов	312 часов	312 часов

План подготовки в экспериментальной группе, в отличие от контрольной группы Сирия и группы Россия, содержит часы по освоению специальных знаний в области футбола (раздел теоретической подготовки), что способствует развитию интеллектуальных способностей и формированию личности ребенка. Мы значительно расширили предлагаемую тематику теоретических сведений, в частности, включив в данный раздел программы следующие направления: основы знаний о биомеханической структуре двигательного акта; основы знаний о физиологическом механизме осуществления движения; основы знаний о гигиене юного футболиста и профилактике травматизма при занятиях спортивными играми; историю развития игр с мячом в мире; историю развития футбола как наиболее массовой и привлекательной спортивной игры; правила поведения (этика) на занятиях футболом; правила игры и проведения соревнований по футболу; игры с мячом во внеурочное время, в режиме самостоятельной двигательной активности.

Следующей характерной особенностью используемых средств тренировки, представленных в экспериментальной программе, являлось использование большого числа разнообразных упражнений как при обучении основным (базовым) элементам техники игры футбол, т.е. при формировании необходимых двигательных игровых умений (навыков), так и при воспитании (развитии) должных и ведущих физических качеств. Также были увеличены часы на использование в тренировочном процессе разнообразных сюжетных подвижных и других спортивных игр.

При выборе эффективных средств и методов в ходе разработки и внедрения экспериментальной программы тренировочных занятий по футболу для юных футболистов 8-9 лет в Сирии мы базировались на следующих важных методических положениях: учет двигательного опыта юных игроков и уровня их физической подготовленности; подбор адекватных возрастным особенностям детей способов и приемов выполнения базовых элементов техники футбола (прием и остановка мяча, передачи мяча, ведение мяча, удары по мячу в цель); подбор и использование упражнений общего и специального характера для выполнения различных движений в голеностопном, коленном и тазобедренном суставах; подбор и использование

упражнений, обеспечивающих согласование движений отдельных звеньев опорно-двигательного аппарата для выполнения изучаемых технических двигательных действий с мячом; распределение изучаемых технических (игровых) упражнений по степени координационной сложности и последовательное, поэтапное их освоение; составление блоков (комплексов) специальных игровых упражнений в аспекте направленности (вектора) прочного освоения ведущих элементов техники футбола на данном (начальном) этапе в системе многолетней подготовки футболиста.

По величине воздействия на организм юных сирийских футболистов предлагаемую физическую нагрузку строго подразделяли, учитывали и варьировали (дифференцировали), а по степени функциональной сложности она трактовалась как: «большая», «средняя» и «малая». Наиболее значимыми ее характеристиками являлись известные в теории и практике спорта компоненты: объем, интенсивность и соответствующий характер отдыха между физическими нагрузками.

Характерными методами спортивной тренировки юных сирийских футболистов являлись достаточно известные и зарекомендовавшие себя на практике следующие способы педагогического воздействия: методы общей и специальной физической подготовки – это повторный, равномерный, переменный, круговой, игровой, соревновательный; методы обучения двигательным действиям (технике игры в футбол) – методы упражнения «изучение в целом» и «изучение по частям».

Вместе с тем, выбор (или преобладание) того или иного метода диктовался и определялся конкретными задачами тренировочного процесса как в отдельном тренировочном занятии, так и в структуре годичного этапа спортивной тренировки в условиях формирующего эксперимента.

В разделе 3.4 «Обоснование содержания экспериментальной программы тренировочного процесса в группе спортивно-оздоровительной направленности юных сирийских футболистов» выявлены теоретико-методические основы и обоснованы возможности использования перспективных и рациональных форм, средств и методов экспериментальной программы подготовки юных сирийских футболистов для эффективного решения задач тренировочного процесса в группе спортивно-оздоровительной направленности по футболу в Сирийской Арабской Республике.

В САР возраст детей от 8 до 9 лет считается самым приемлемым, подходящим для организованных занятий в футбольной секции. Если тренировка детей по футболу 5-6-7 лет больше рассчитана на эффект оздоровления, то у юных футболистов 8-9 лет посредством системных, регламентированных тренировочных занятий осуществляется индивидуальное обучение, комплексное развитие физических качеств и связанных с ними двигательных способностей. Поэтому в Сирии сущностная направленность занятий с юными футболистами – это именно спортивно-оздоровительная. На наш взгляд, этот возрастной период является решающим, на нем достигается наибольший прирост в развитии общей и специальной физической подготовленности, а также закладываются основы технико-тактической подготовленности, наряду с формированием спортивного характера (волевых качеств).

До настоящего времени в Российской Федерации различные региональные программы подготовки юных футболистов в специально организованных учреждениях дополнительного образования детей спортивной направленности (ДЮСШ, СДЮСШОР, СШОР) опирались и разрабатывались на основе 3-х вариантов федерального стандарта спортивной подготовки (ФССП) по виду спорта «футбол»:

- ранее действовавшие два варианта ФССП, утвержденные приказами Минспорта РФ от 19 января 2018 г. (№34) и от 25 октября 2019 г. (№880);
- ныне действующий вариант ФССП от 16 ноября 2022 года (№1000).

В данных нормативно-правовых документах, регламентирующих подготовку спортивного резерва по футболу в РФ, одним из значимых структурных элементов ФССП является раздел, где четко выделяют этапы, уровни, циклы и виды подготовки. Такой раздел программы ФССП, как «Нормативная часть» содержит не только строго определенную трактовку (смысловое определение) наименований различных этапов, но и их количество, последовательность «развертывания» в многолетней системе подготовки, а также временные параметры и прочие нормативные аспекты реализации задач обучения и тренировки в спортивных школах по футболу.

В частности, нормативная часть дополнительной образовательной программы ФССП по виду спорта «футбол» в последней редакции от 16.11.2022 г. содержит следующее предложение по структурной организации этапов подготовки (композиции и их названию) юных футболистов в России: этап начальной подготовки, этап учебно-тренировочный (этап спортивной специализации), в действующих ранее вариантах ФССП он имел название «тренировочный этап», этап совершенствования спортивного мастерства, этап высшего спортивного мастерства.

Детально анализируя эти официальные документы в аспекте обоснования содержания экспериментальной программы тренировочного процесса юных сирийских футболистов (в рамках диссертационного исследования), мы выделяем ряд обстоятельств: формально отсутствует такое понятие, термин (дефиниция), как «предварительный этап» в системе многолетней спортивной подготовки; возраст начала занятий на первом этапе (начальной подготовки), т.е. зачисление детей в группу начальной подготовки (ГНП) с 7 лет; временные рамки этапа начальной подготовки ограничены 3-мя годами.

В контексте анализируемого вопроса следует отметить, что время начала организованных занятий в спортивных школах (академиях) по футболу в Сирийской Арабской Республике также строго регламентировано, например, согласно рекомендациям национальной федерации футбола, этот возраст составляет 10 лет.

Вместе с тем, реалии развития современного спорта, в частности футбола, таковы, что имеет место факт «омоложения» спорта, а отмечаемая многими специалистами тенденция более раннего возрастного начала занятий футболом наблюдается и в России, и в Сирии. Практика детского спорта в Российской Федерации в современных условиях показывает, что дети дошкольного возраста (4-5-6 лет) уже практикуют занятия футболом, но, несомненно, с согласия родителей.

Такая специально организуемая группа юных футболистов имеет особый статус – это так называемая «спортивно-оздоровительная группа» (СОГ). Как правило, СОГ формируются и занимаются в частных школах, находящихся формально не под государственной юрисдикцией, хотя, следует отметить, определенный контроль их подготовки соответствующими надзорными ведомствами присутствует и существует.

Таким образом, существует объективно необходимая потребность в создании подобных групп и выделении особого этапа, называемого нами «предварительный этап подготовки», как и соответствующего нормативного и программно-методического обеспечения подготовки юных футболистов в Сирийской Арабской Республике в условном возрастном диапазоне (периоде) 8-9 лет. Ведь, по мнению специалистов, тренеров и родителей, у многих сирийских детей не только дошкольного, но и младшего школьного возраста наблюдается недостаточная физическая и психологическая готовность к системному тренировочному процессу, и необходим своеобразный переходный этап от занятий спортивно-оздоровительной направленности (в режиме СОГ) на предварительном этапе подготовки к полноформатному, многолетнему тренировочному процессу.

Основой представленной нами экспериментальной программы годовичного тренировочного цикла юных сирийских футболистов 8-9 лет на данном переходном этапе являются основополагающие принципы и положения теории и методики спортивной тренировки. Кроме того, ее организационная структура и методическое сопровождение (содержание) учитывает и опирается на результаты современных научных исследований и передовой опыт спортивной практики в области детско-юношеского футбола в РФ.

Здесь следует подчеркнуть, что в основу разработанной нами экспериментальной программы, т.е. рациональной организации и методически выверенного содержания тренировочного процесса юных сирийских футболистов, положены принципиальные положения, которые обуславливают объективные закономерности процессов развития детского организма под воздействием физической нагрузки: необходимость организации такой рациональной двигательной деятельности, которая способствует активизации и мобилизации кинезиологического потенциала занимающихся; необходимость сохранения, развития и преумножения специальных функций и духовных сил, которые обеспечат нивелирование негативных проявлений большой физической нагрузки на организм занимающихся.

Актуальность экспериментальной программы заключается в том, что она направлена на удовлетворение потребностей детей в активных формах двигательной деятельности, обеспечивает всестороннее развитие юных сирийских футболистов, имеет спортивно-оздоровительный характер (направленность) (Рисунок 1).



Рисунок 1 – Экспериментальная программа тренировочного процесса для предварительного этапа спортивной подготовки юных сирийских футболистов

Важными теоретико-методическими постулатами предложенной нами экспериментальной программы выступают: обеспечение сбережения здоровья занимающихся на основе современных оздоровительных технологий; вариативность и возможность корректировки разработанных и используемых методик; открытость для инноваций в аспекте развития процессов обучения и тренировки на всех этапах

спортивной подготовки; внедрение передовых и новых результативных компонентов педагогического воздействия, обеспечивающих усиление образовательной направленности тренировочных занятий; мотивация детского тренера в самосовершенствовании профессиональной деятельности и максимальное использование своего личностного потенциала; использование детским тренером индивидуального подхода к личности занимающегося; интеграция как на отдельном тренировочном занятии, так и в системе годичного цикла подготовки индивидуального и группового подхода; обеспечение прав тренера на выбор рациональных форм, средств и методов тренировки; органичное соединение требований тренера и желаний юного спортсмена; интеграция интересов родителей, тренеров и общества в целом; развитие системы прогнозирования способностей и методов для определения перспективности детей к занятиям футболом.

В Таблице 2 представлены примерные комплексы упражнений (методические материалы) в основных разделах экспериментальной программы, используемые на тренировочных занятиях в группе спортивно-оздоровительной направленности (ГСОИ) в рамках формирующего эксперимента.

Таблица 2 – Примерные методические материалы, используемые на тренировочных занятиях в группе спортивно-оздоровительной направленности

Примерные комплексы О.Р.У.	Изучаемые разделы для освоения базовых элементов футбола	Примерное содержание тренировочных занятий
1) С кубиками	1) Основы техники владения мяча (в том числе, с помощью финтов)	<i>Подготовительная часть 15-20 мин</i> 1) построение 2) теоретическая подготовка 3) разминка – ходьба, бег, беговые упражнения
2) С набивными мешочками весом 400 г		
3) С гимнастической палкой		
4) С веревкой (косичкой) 50 см	2) Основы техники ударов по мячу	<i>Основная часть 65-70 мин</i> 1) О.Ф.П. – комплекс О.Р.У. в парах 2) С.Ф.П.– развитие быстроты 3) техническая подготовка – обучение технике ударов по мячу внутренней частью подъема 4) игра на площадке с воротами без вратарей 5) подвижная игра (на выбор тренера)
5) С обручем		
6) С шестом 1,5 м	3) Основы техники остановки мяча	
7) На гимнастической скамье		
8) Без предметов на месте и в движении	4) Основы техники отбора мяча	
9) С мячом		
10) В парах		

В группу спортивно-оздоровительной направленности по футболу принимаются дети 8-9 лет, имеющие желание заниматься, при наличии медицинской справки и требуемой минимально должной степени физической подготовленности.

Тренировочная деятельность в ГСОИ на предварительном этапе спортивной подготовки юных сирийских футболистов будет иметь соответствующую ее статусу спортивно-оздоровительную направленность, если она будет осуществляться в режиме:



- обеспечения психологической и физической безопасности детей на тренировочных занятиях, проводимых в специальных условиях (сертифицированное оборудование, инвентарь, место проведения);

- ранней диагностики резервов и возможностей развития ребенка (системное применение комплекса тестирующих упражнений общего и специального характера в аспекте контроля разных видов подготовленности), т.е. в начале и конце учебного тренировочного годового цикла, с учетом и рекомендациями детского тренера о возможности перевода юного футболиста на следующий этап многолетней спортивной подготовки;

- организации оперативного мониторинга состояния здоровья детей, с последующей рекомендацией о возможности заниматься спортивной деятельностью (футболом);

- увеличения времени подготовительной части отдельного тренировочного занятия (вследствие отсутствия полноценного дошкольного воспитания в соответствующих учреждениях, в том числе физкультурно-оздоровительной работы, отмечается низкий уровень физической подготовленности детей, а увеличение времени подготовительной части логично позволит в лучшей степени подготовить организм юного футболиста к тренировочным нагрузкам разного объема и интенсивности);

- использования эффективных методов развития физических качеств и способностей на основе применения широкого арсенала упражнений общего и специального характера (метод упражнения, игровой, соревновательный, круговой тренировки, интегральный способ организации тренировки);

- повышения удельного веса на тренировочных занятиях различных подвижных игр (игр с сюжетной линией и с целевой направленностью на основе использования элементов техники футбола) в основной и заключительной части каждого занятия;

- обеспечения образовательной направленности процесса спортивной подготовки посредством включения в вводно-подготовительную часть каждого тренировочного занятия сведений теоретического характера до 8-9 минут (правила игры, история развития футбола, значение футбола как средства физического воспитания и укрепления здоровья, строение и функции организма, режим дня, основы тренировочного процесса и т.д.);

- формирования базовых умений и навыков в технике владения мячом, что обеспечит общее представление об изучаемом конкретном элементе техники игры (движении, двигательном действии), особенностях выполнения деталей (частей) элемента техники игры, о слаженности (согласованности) выбранного темпа и ритма при его выполнении, о грубых (типичных) ошибках и лишних движениях;

- рационализации досуговой деятельности детей при участии и контроле их родителей посредством дополнительной самостоятельной двигательной активности в форме домашних заданий (комплексы упражнений ОФП и СФП, подвижные и спортивные игры) по рекомендации детского тренера (специалиста спортивного футбольного клуба);

- взаимодействия спортивной организации и родителей юных футболистов путем внедрения в работу футбольного клуба соответствующих рекомендаций по организации и использованию разных форм и средств коммуникации (проведение родительских собраний в целях информирования о цели, задачах и плане тренировочного процесса, с детализацией времени и места проведения занятий и соревнований, способах уведомления об отмене или переносе тренировок).

Формирование в САР группы спортивно-оздоровительной направленности осуществляется в начале учебного года (сентябрь). Детей для занятий футболом следует набирать по рекомендации учителя физической культуры общеобразовательной школы. Количественный состав ГСОН – 15–20 человек. Количество тренировок в недельном микроцикле – 3 занятия. Продолжительность тренировочного занятия – 90 минут. Обучение и тренировка в рамках экспериментальной программы по футболу для ГСОН осуществляется по следующим разделам: теоретическая подготовка; физическая подготовка; основные умения и навыки игры в футбол; подвижные и спортивные игры; соревновательная деятельность. Каждый раздел программы включает в себя: характеристику и содержание разделов программы; задачи обучения, воспитания и тренировки; способы тренировочной работы и методические рекомендации; ожидаемые результаты. Дополнительное включение в экспериментальную программу специального дидактического материала и тестирующих упражнений (по физической и технико-тактической подготовке) позволяет достигнуть прогнозируемого результата в ходе подготовки юных футболистов на первом, предварительном этапе.

**В четвертой главе «Экспериментальная проверка эффективности тренировочного процесса годичного цикла подготовки футболистов 8-9 лет в Сирийской Арабской Республике»** представлены результаты педагогического эксперимента, в которых раскрывается влияние экспериментальной программы на исследуемые параметры юных сирийских футболистов.

Наблюдения, проведенные нами в ходе тренировок с юными сирийскими футболистами, стали основанием проведения опытно-экспериментального исследования. Для определения результатов в начале и в конце проводимого педагогического эксперимента у испытуемых были протестированы основные показатели физической и технической подготовленности и физического развития. При этом программа и условия тестирования для всех групп были одинаковыми. Оценка развития базовых физических качеств проводилась на основе специально разработанной диагностической программы, в состав которой входили рекомендованные специалистами тесты для работы с мальчиками данного возраста.

На этапе констатирующего и формирующего эксперимента проводили опрос и анкетирование участников КГ и ЭГ для исследования наличия у них теоретических знаний оздоровительного характера. Полученные результаты показали, что юные футболисты, посещающие ЭГ и получающие теоретические сведения на каждом тренировочном занятии, знают информацию об истории и правилах игры, инвентаре и обязанностях судей, краткие сведения о строении и функциях человеческого организма, о влиянии занятий футболом на организм юного спортсмена, о режиме дня и тренировочного процесса, о роли закаливания и физической подготовки при занятиях футболом. Юные футболисты, посещающие КГ, знают информацию только о правилах игры, размерах поля, инвентаре и обязанностях судей, что обусловлено малым количеством времени, отведенным на теоретическую подготовку. Теоретическая подготовленность испытуемых оценивалась по количеству правильных ответов разработанной анкеты: в ЭГ правильных ответов 84,6%, в КГ 38,3%, что свидетельствует о значительном улучшении информированности участников экспериментальной группы.

В разделе 4.1 «Оценка эффективности экспериментальной программы тренировочного процесса юных сирийских футболистов по антропометрическим показателям и физической подготовленности» был проведен сравнительный анализ результатов тестирования физического развития испытуемых, который показал, что в

массе тела футболистов имеются статистически значимые различия во всех опытных группах ( $P < 0,05$ ). Изменения длины тела в ходе эксперимента оказались недостоверными у испытуемых ЭГ и КГ ( $P > 0,05$ ). Прирост массы тела был незначительным во всех опытных группах. В ЭГ прирост массы тела составил 2,15 кг, в КГ прирост был 1,7 кг. Прирост длины тела спортсменов также был незначительным во всех опытных группах. Весоростовой индекс испытуемых до и после педагогического эксперимента был практически одинаковым.

Сравнительный анализ результатов тестирования общей физической подготовленности испытуемых ЭГ показал, что в результатах всех тестов имеются статистически значимые различия ( $P < 0,05$ ). У испытуемых контрольной группы различия оказались недостоверными в тесте «Тройной прыжок» ( $P > 0,05$ ). Полученные результаты убедительно показывают положительное влияние средств и методов экспериментальной программы на уровень развития общей физической подготовленности юных футболистов ЭГ (Таблица 3).

Таблица 3 – Показатели общей физической подготовленности испытуемых до и после педагогического эксперимента

Наименование теста	ЭГ, n=25 КГ, n=25	Период эксперимента	$\bar{x} \pm \sigma$	m	t	p	$\Delta$ , ед.	$\Delta$ , %
Бег на 60 м с низкого старта, с	ЭГ	До	11,86±0,50	0,10	7,62	<0,05	-0,91	7,7
		После	10,95±0,47	0,09				
	КГ	До	11,90±0,63	0,13	7,20	<0,05	-0,6	5,04
		После	11,30±0,59	0,12				
Челночный бег 3x10 м, с	ЭГ	До	9,89±0,32	0,06	11,88	<0,05	- 1,63	16,5
		После	8,26±0,49	0,09				
	КГ	До	9,99±0,44	0,09	6,80	<0,05	-0,48	4,8
		После	9,51±0,41	0,08				
Прыжок в длину с места, см	ЭГ	До	134,96±11,76	2,35	10,45	<0,05	12,67	9,4
		После	147,63±7,99	1,59				
	КГ	До	135,16±11,19	2,23	8,26	<0,05	5,32	3,9
		После	140,48±9,48	1,89				
Прыжок вверх с места со взмахом рук, см	ЭГ	До	20,96±3,94	0,78	6,66	<0,05	4,68	22,3
		После	25,64±1,97	0,39				
	КГ	До	21,92±4,08	0,82	10,81	<0,05	1,84	8,4
		После	23,76±3,46	0,69				
Тройной прыжок, см	ЭГ	До	362,63±18,2	3,64	9,48	<0,05	24,37	6,8
		После	387,0±7,57	4,28				
	КГ	До	363,96±21,41	4,28	1,53	>0,05	6,48	1,8
		После	370,44±5,63	1,12				
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, раз	ЭГ	До	10,16±2,85	0,57	17,29	<0,05	10,48	103,1
		После	20,64±1,65	0,33				
	КГ	До	10,40±2,14	0,42	15,37	<0,05	5,4	51,9
		После	15,80±1,50	0,30				

Примечание:  $\bar{x}$  – среднее выборочное,  $\sigma$  – среднее квадратическое отклонение, m – ошибка среднего выборочного,  $t=2,060$  – критическое значение критерия Стьюдента при  $n=25$ .

В Таблице 4 представлены показатели специальной физической подготовленности испытуемых в процессе педагогического эксперимента. Сравнительный анализ результатов тестирования специальной физической подготовленности испытуемых ЭГ и КГ показал, что в результатах всех тестов

имеются статистически значимые различия ( $P < 0,05$ ). Прирост результатов тестов был наибольшим в ЭГ, в КГ изменения были незначительными.

Таблица 4 – Показатели специальной физической подготовленности испытуемых до и после периода педагогического эксперимента

Тесты	ЭГ, n=25 КГ, n=25	Период эксперимента	$\bar{x} \pm \sigma$	m	t	p	$\Delta$ , ед.	$\Delta$ , %
Бег на 30 м с ходу, с	ЭГ	До	7,67±0,63	0,13	10,39	<0,05	-1,11	14,5
		После	6,56±0,39	0,08				
	КГ	До	7,60±0,77	0,15	3,03	<0,05	-0,30	3,9
		После	7,30±0,66	0,13				
Бег на 30 м с ведением мяча, с	ЭГ	До	9,68±0,74	0,15	8,83	<0,05	-1,22	12,6
		После	8,46±0,49	0,11				
	КГ	До	9,69±0,86	0,16	3,97	<0,05	-0,44	4,5
		После	9,25±0,64	0,13				
Удар по мячу ногой на дальность, м	ЭГ	До	18,0±3,09	0,62	8,51	<0,05	4,16	23,1
		После	22,16±3,82	0,76				
	КГ	До	18,48±2,21	0,44	8,31	<0,05	1,84	9,9
		После	20,32±2,39	0,48				

Примечание:  $\bar{x}$  – среднее выборочное,  $\sigma$  – среднее квадратическое отклонение, m – ошибка среднего выборочного,  $t=2,060$  – критическое значение критерия Стьюдента при  $n=25$ .

В разделе 4.2 «Экспертное оценивание техники выполнения упражнений у футболистов экспериментальной группы и контрольной группы» для определения уровня технической подготовленности испытуемых футболистов мы использовали игровой метод непосредственно в процессе двусторонних игр (товарищеские встречи между футбольными клубами в рамках одного города) (Таблица 5).

Таблица 5 – Оценивание технической подготовленности юных футболистов во время педагогического эксперимента

Показатели, баллы	До пед. эксперимента $\bar{x} \pm \sigma$		t	После пед. эксперимента $\bar{x} \pm \sigma$		t
	КГ	ЭГ		КГ	ЭГ	
Поведение в атаке и обороне	1,44±0,50	1,35±0,48	0,94	2,20±0,59	3,99±0,61	17,74*
Индивидуальная борьба за мяч	1,53±0,62	1,56±0,64	0,15	2,90±0,72	4,06±0,65	8,18*
Приемы мяча	1,33±0,48	1,36±0,48	0,35	2,87±0,72	3,98±0,55	9,68*
Передачи мяча	1,22±0,42	1,25±0,44	0,42	2,02±0,51	3,76±0,71	12,50*
Удары мяча ногой	1,45±0,50	1,48±0,49	0,22	2,12±0,60	3,29±0,46	11,10*
Ведение мяча	1,70±0,58	1,73±0,71	0,22	3,30±0,71	3,55±0,59	2,08*

Примечание:  $\bar{x}$  – среднее выборочное,  $\sigma$  – среднее квадратическое отклонение, m – ошибка среднего выборочного,  $t=2,060$  – критическое значение критерия Стьюдента при  $n=25$ , \* - при  $P < 0,05$

Результаты технической подготовки юных футболистов оценивали с помощью экспертного метода. Пять экспертов оценивали правильность техники выполнения упражнений по шести показателям техники игровых действий в баллах.

Из таблицы 5 видно, что прирост показателей техники выполнения специальных упражнений больше у испытуемых ЭГ по сравнению с испытуемыми КГ во всех исследуемых показателях оценки техники и в среднем по всем показателям на 85,5%. Наибольший прирост технической подготовленности в ЭГ был в тестах «Поведение в атаке и обороне» более 195% и «Передача мяча» более 200%, а у КГ в тестах «Приемы мяча» более чем на 115%, «Ведение мяча» более чем на 94%, что говорит о разной методике тренировочной работы по обучению техническим действиям юных футболистов и об эффективности экспериментальной программы.

В разделе 4.3 «Корреляционный анализ взаимосвязи между показателями общей физической подготовленности и показателями специальной физической подготовленности испытуемых» результаты корреляционного анализа, проведенного на завершающем этапе педагогического эксперимента во всех опытных группах, позволяют констатировать, что высоких связей во взаимодействии между показателями общей физической подготовленности и показателями специальной физической подготовленности испытуемых не имеется. Однако имелась более тесная положительная взаимосвязь между тройным прыжком и ударом мяча на дальность в ЭГ и КГ (Таблица 6).

Таблица 6 – Взаимосвязь между показателями ОФП и показателями СФП испытуемых после проведения педагогического эксперимента

Тесты	Бег на 30 м с ходом, с		Бег на 30 м с ведением мяча, с		Удар по мячу ногой на дальность, м	
	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ
Бег на 60 м со старта, с	0,010	0,283	0,161	0,199	-0,263	-0,136
Челночный бег 3x10 м, с	-0,023	-0,092	0,245	-0,248	0,116	-0,273
Прыжок в длину с места, см	-0,217	-0,102	0,089	0,093	-0,171	-0,161
Прыжок вверх с места со взмахом рук, см	-0,061	0,183	0,103	0,236	-0,091	0,120
Тройной прыжок, см	0,080	-0,084	-0,025	-0,362	0,310*	0,456*
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, раз	0,065	0,194	-0,197	0,146	0,108	-0,098

Полученные результаты свидетельствуют о недостаточном уровне развития физических качеств юных футболистов и изначально низкой физической подготовленности, что делает невозможным включение в программу подготовки увеличенного количества часов на технико-тактическую подготовку и подтверждает наше положение о необходимости комплексного развития физических, координационных и технических качеств на тренировочных занятиях спортивно-оздоровительной направленности первого года обучения на этапе предварительной спортивной подготовки.

## ВЫВОДЫ

1. Ключевой проблемой низкой результативности юных футболистов в Сирийской Арабской Республике является отсутствие научно разработанных тренировочных программ различных этапов и циклов подготовки, в том числе и годичных. Усугубляется данная проблема в Сирии также недостатком: системной физкультурно-оздоровительной деятельности с детьми дошкольного возраста; нормативно-организационных материалов, определяющих деятельность детских спортивных секций и клубов; сертифицированных тренеров для работы с юными спортсменами; эффективных методик предварительного отбора наиболее двигательного-одаренных детей; системной работы с родителями детей, занимающихся

спортом; системной научно-исследовательской деятельности по определению комплекса информативных тестов для выявления и оценки уровня физической и технической подготовленности детей к занятиям футболом.

2. Масса тела сирийских 7-8-летних футболистов и российских сверстников не имеет статистически значимых различий. Однако длина тела сирийских мальчиков, занимающихся футболом, в среднем на 5,4 см меньше, чем у российских. Показатели общей физической подготовленности юных российских футболистов лучше в среднем на 10 % в тестах, характеризующих скоростно-силовые и силовые качества спортсменов. Однако в показателях, характеризующих скоростные качества и координационные способности, преимущество имеют сирийские мальчики. То есть уровень общей физической подготовленности сирийских и российских юных футболистов 7-8 лет практически одинаковый.

3. Существующие программы спортивной подготовки юных сирийских футболистов существенно отличаются от программы спортивной подготовки российских футболистов, разработанной в соответствии с федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «футбол». Так, из десяти педагогических задач, сформулированных по программе спортивной подготовки российских футболистов на спортивно-оздоровительном этапе, только две присущи программам спортивной подготовки сирийских юных спортсменов: освоение базовых технических элементов (приемов и способов) игры в футбол; формирование умений и навыков в технике владения мячом.

4. Содержание используемого в Сирийской Арабской Республике годового плана программы спортивной подготовки сирийских футболистов 8-9 лет, несмотря на одинаковое суммарное количество тренировочного времени, существенно отличается от содержания программы тренировочного процесса их российских сверстников. Так, объем физической подготовки у них составляет 75 часов, что в два раза меньше, чем у юных спортсменов из России. Но при этом соревновательной практики значительно больше. Есть также у сирийских футболистов и 20 часов подвижных и других спортивных игр, что не характерно для российской спортивной подготовки на спортивно-оздоровительном этапе.

5. Результаты корреляционного анализа позволяют констатировать, что высоких связей во взаимодействии между показателями общей физической подготовленности и показателями специальной физической подготовленности у сирийских юных футболистов не обнаружено. Это позволяет сделать вывод о недостаточном уровне развития физических качеств юных футболистов и изначально низкой физической подготовленности, что делает невозможным включение в программу подготовки увеличенного количества часов на технико-тактическую подготовку и подтверждает положение о необходимости комплексного развития физических, координационных и технических качеств на предварительном этапе спортивно-оздоровительной направленности первого года обучения.

6. Разработанная экспериментальная программа годового тренировочного цикла сирийских футболистов 8-9 лет на предварительном этапе спортивно-оздоровительной направленности отличается как от существующей сирийской программы, так и в некоторых позициях от российской программы спортивной подготовки. Так, в экспериментальной программе в педагогические задачи включен раздел, направленный на освоение теоретических знаний и формирование личности. Соответственно в содержание программы спортивной подготовки вошел раздел «Теоретическая подготовка» с объемом 32 часа. За счет уменьшения объема времени технико-тактической подготовки 60 часов выделено на сюжетные подвижные и различные спортивные игры. Этот фактор компенсирует объем физической подготовки юных сирийских футболистов. В качестве тренировочных средств и методов физической и технической подготовки юных футболистов Сирии определены средства из арсенала российских стандартов спортивной подготовки по

футболу с учетом их возрастных анатомо-физиологических и морфофункциональных особенностей, а также климатогеографических условий организации тренировочного процесса в Сирии.

7. Экспериментальная программа годового тренировочного цикла сирийских футболистов 8-9 лет на предварительном этапе спортивно-оздоровительной направленности включает: комплексный учебно-тематический план; содержание тренировочных занятий на год обучения; методические материалы, раскрывающие вопросы развития физических качеств и двигательных способностей (средства, методы, направленность и режимы нагрузки и отдыха); методические материалы по вопросам как обучения базовой технике игры, так и совершенствования технико-тактической подготовленности юных игроков (средства, методы, конкретизация индивидуальной, групповой и командной подготовки); методические материалы по вопросам нормирования и контроля спортивно-технической подготовленности юных футболистов (выбор и обоснование тестирующих процедур, выявление модельных характеристик подготовленности); практические рекомендации тренеру по организации и планированию тренировочного процесса, по повышению мотивации к занятиям у юных спортсменов, по содержанию работы с родителями занимающихся.

8. После года тренировочных занятий по экспериментальной программе у сирийских футболистов 8-9 лет существенно улучшились показатели физической и технической подготовленности: в беге на 60 м со старта на 7,7%; в челночном беге 3x10 м на 16,5%; в прыжках в длину с места на 9,4%; в прыжках вверх с места со взмахом рук на 22,3%; в тройном прыжке на 6,8%; в сгибании и разгибании рук в упоре лежа на 103,1%; в беге на 30 м с ходу на 14,5%; в беге на 30 м с ведением мяча на 12,6%; в ударе по мячу на дальность на 23,1%. Все различия статистически значимы на уровне достоверности  $P < 0,05$ .

Теоретическая подготовленность испытуемых оценивалась по количеству правильных ответов разработанной анкеты: в экспериментальной группе процент правильных ответов увеличился на 55,8% (84,6%), в контрольной группе на 10,5% (38,3%), что свидетельствует о значительном улучшении информированности участников экспериментальной группы.

## **СПИСОК НАУЧНЫХ РАБОТ, ОПУБЛИКОВАННЫХ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ**

*Статьи в ведущих научных журналах, входящих в перечень рецензируемых научных изданий по научной специальности 5.8.5. Теория и методика спорта*

1. Альших, Мхд.Висам. Факторы, сдерживающие прогресс футбола в развивающихся странах / Л.И. Костюнина, Мхд.Висам Альших, Д. Багайоко // Теория и практика физической культуры. – 2021. – № 12. – С. 112 (авт. – 0,06 п.л.).

2. Альших, Мхд.Висам. Проблемы воспитания юных футболистов в САР / Л.И. Костюнина, Мхд.Висам Альших, А.Н. Назаров // Теория и практика физической культуры. – 2022. – № 5. – С. 36 (авт. – 0,06 п.л.).

3. Альших, Мхд.Висам. Методика повышения вестибулярной устойчивости у юных футболистов / Д. Багайоко, Мхд.Висам Альших, Л.И. Костюнина, А.Н. Катенков // Современные вопросы биомедицины. – 2022. – Т. 6 – №1. – С. 263–270 (авт. – 0,15 п.л.).

4. Альших, Мхд.Висам. Формирование основ тактического мышления у юных футболистов с применением средств информационных технологий / С.М. Марданян, Мхд.Висам Альших, Л.И. Костюнина // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2023. – № 1. – С.32 (авт. – 0,06 п.л.).

5. Альших Мхд.Висам. Методическое обеспечение тренировочного процесса сирийских юных футболистов на базовом этапе подготовки / Мхд.Висам Альших, И.Н. Тимошина, О.Л. Быстрова // Теория и практика физической культуры. – 2023. – № 3. – С. 73–75 (авт. – 0,3 п.л.).

*Статьи в ведущих научных журналах, входящих в перечень рецензируемых научных изданий*

6. Альших, Мхд.Висам. Удовлетворенность педагогической деятельностью тренера по футболу в Сирийской Арабской Республике и индивидуальный стиль его педагогической деятельности (к постановке проблемы) / Мхд.Висам Альших, А.П. Липатова // Поволжский педагогический поиск. – 2021. – № 3 (37). – С. 76–82 (авт. – 0,52 п.л.).

7. Альших, Мхд.Висам. Практические рекомендации по совершенствованию профессиональной деятельности детского тренера по футболу / Мхд.Висам Альших, Л.А. Парфенова // Поволжский педагогический поиск. – 2021. – № 4 (38). – С. 68–74 (авт. – 0,52 п.л.).

8. Альших, Мхд.Висам. Особенности программно-методического обеспечения процесса спортивной подготовки юных футболистов в Сирийской Арабской Республике / И.Н. Тимошина, Мхд.Висам Альших, В.В. Губина // Поволжский педагогический поиск. – 2022. – № 3(41). С. 39–44 (авт. – 0,25 п.л.).

9. Альших, Мхд.Висам. Особенности физического развития и физической подготовленности юных футболистов России и Сирии / И.Н. Тимошина, Мхд.Висам Альших, В.В. Губина // Поволжский педагогический поиск. – 2022. – № 4(42). – С. 81– 85 (авт. – 0,25 п.л.).

*Статьи в сборниках международных и всероссийских конференций,  
другие научные труды*

10. Альших, Мхд.Висам. Дифференциация тренировочных средств юных футболистов с учетом типологических особенностей нервной системы / Н.С. Кондратьев, Мхд.Висам Альших, И.Н. Тимошина // Современные проблемы физического воспитания и безопасности жизнедеятельности в системе образования: материалы IV Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвященной 75-летию Победы в Великой Отечественной войне (Ульяновск, 27 ноября 2020 г.) / Под ред. Л.И. Костюниной. – Ульяновск: ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова», 2020. – С. 249–254.

11. Альших, Мхд.Висам. Методика специальной координационной подготовки юных футболистов / Н.С. Кондратьев, Мхд.Висам Альших, Л.И. Костюнина // Современные проблемы физического воспитания спорта и туризма безопасности жизнедеятельности в системе образования: материалы V-й Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвященной 50-летию факультета физической культуры и спорта ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова» (Ульяновск, 26 ноября 2021 г.) / Под ред. Л.И. Костюниной. – Ульяновск: ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова», 2021. – С.316–321.

12. Альших, Мхд.Висам. Обоснование содержания технологии спортивного отбора сирийских футболистов 8–9 лет / Мхд.Висам Альших, И.Н. Тимошина, В.В. Губина // Профессионально-ориентированная подготовка тренера-преподавателя в вузе: проблемы, тенденции, перспективы: материалы I Всероссийской научно-практической конференции (Саранск, 26 декабря 2022 года) / Под ред. С.В. Бакулин, Е.А. Шуняева, Л.Е. Игнатьева, Ю.В. Киреева. – Мордовский государственный педагогический университет. – Саранск: РИЦ МГПУ, 2023. – С.9–15.

13. Альших, Мхд.Висам. Эффективность применения средств развития быстроты футболистов 8–10 лет на этапе начальной подготовки / М.А. Старостина, Л.А. Кочурова, Мхд.Висам Альших // Современные проблемы физического воспитания, спорта и туризма, безопасности жизнедеятельности в системе образования: сборник трудов Международной научно-практической конференции (Ульяновск, 22 ноября 2023 г.) / Под ред. Л.И. Костюниной. – Ульяновск: ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова», 2023. – С.689–693.

*Учебно-методические пособия*

14. Альших, Мхд.Висам. Практические рекомендации для детского тренера по футболу: учебно-методическое пособие / Мхд.Висам Альших, И.Н. Тимошина. – Ульяновск: ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова», 2021. – 38 с.

15. Альших, Мхд.Висам. Программно-нормативное и методическое обеспечение подготовки юных футболистов на базовом этапе: учебно-методическое пособие / А.Ю. Малофеев, Мхд.Висам Альших. – Ульяновск: ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова», 2022. – 195 с. – ISBN 978-5-907216-92-1.