

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ**

**УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ  
«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ МАКСИМА ТАНКА»**

**ОСНОВЫ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ  
ФУТБОЛИСТОВ**

**МОНОГРАФИЯ**

**Минск 2018**

УДК 796.332  
ББК 75.578  
Х43

**Р е ц е н з е н т ы:**

доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой  
физического воспитания и спорта Белорусского государственного  
университета **В.А.Коледа**;

доктор педагогических наук, профессор кафедры физического  
воспитания и спорта Минского государственного лингвистического  
университета **Р.И. Купчинов**

**Хижевский О.В., Саскевич А.П.**

**Х43 Основы начальной подготовки юных футболистов**  
/ О.В.Хижевский, А.П.Саскевич– Минск: БГПУ, 2018. 181с.

Данная монография посвящена вопросам начальной подготовки юных футболистов на протяжении длительного периода совершенствования спортивного мастерства (от 10 до 14 лет).

В монографии рассматриваются теоретические вопросы исследования проблемы на основе дифференциации физической, технической и тактической подготовки юных спортсменов, методы биомеханики и моделирования. Описаны основные этапы анализа и синтеза техники спортивных упражнений, как методов биомеханики.

В работе представлена методология использования мощнейшего метода биомеханики - математического анализа с помощью корреляционного анализа данных. На основе полученных данных определена рациональная структура физической подготовки юных футболистов в структуре технических навыков игры в футбол.

В монографии рассматривается модель технико-тактической подготовки юных футболистов в условиях соревновательной деятельности, обсуждается возможность оптимизации техники спортивных упражнений, как на кинематическом, так и на динамическом уровнях.

Полученные результаты успешно апробированы в серии педагогических экспериментов и на этой основе предлагается внедрить в практику сетевого планирования учебного материала.

Монография несет определенную практическую и теоретическую ценность для специалистов по физической культуре, преподавателям, тренерам, а также она рассчитана на научных сотрудников.

УДК 796.332  
ББК 75.578

УО «Белорусский государственный  
педагогический университет  
имени Максима Танка», 2018  
Хижевский О.В., Саскевич А.П.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	5
<b>ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ ПРОБЛЕМЫ НА ОСНОВЕ ДИФФЕРЕНЦИАЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ, ТЕХНИЧЕСКОЙ И ТАКТИЧЕСКОЙ ВИДОВ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ</b> .....	8
1.1 Процесс физической подготовленности юных футболистов.....	9
1.2 Процесс технической подготовленности юных футболистов.....	13
1.3 Реализация физической подготовленности юных футболистов.....	19
1.4 Наиболее важные способности в футболе с позиции технического мастерства: в обычных и усложненных условиях.....	20
1.5 Процесс тактической подготовленности юных футболистов.....	23
1.6 Возрастные особенности юных футболистов.....	30
<b>ГЛАВА 2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ</b> .....	36
2.1 Особенности развития силовых способностей в футболе.....	36
2.2 Особенности развития быстроты в футболе.....	38
2.3 Особенности развития скоростно-силовых способностей.....	41
2.4 Особенности развития выносливости в футболе.....	46
2.5 Особенности развития ловкости в футболе.....	53
2.6 Особенности развития гибкости (подвижность суставов) в футболе.....	55
<b>ГЛАВА 3. СОДЕРЖАНИЕ И РЕАЛИЗАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ И ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ НА ОСНОВЕ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ПОДХОДА ИГРЫ В ФУТБОЛ</b> .....	57
3.1 Дифференцированный подход как стратегия индивидуально-ориентированного тренировочного процесса подготовки юных спортсменов.....	57
3.2 Дифференцированный подход в построении тренировочного процесса юных футболистов на этапах многолетней подготовки.....	61
3.3 Факторы, определяющие спортивную результативность юных спортсменов.....	63
<b>ГЛАВА 4. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СИСТЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКОЙ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ</b> .....	65
4.1 Этап предварительной подготовки.....	67
4.2 Этап начальной спортивной специализации.....	70
4.3 Оценка способностей к занятиям футболом.....	77
4.4 Роль общей и специальной физической подготовленности в развитии физических основ юных футболистов.....	80

4.5 Соотношение средств общей и специальной физической подготовки в развитии физических способностей юных футболистов.....	81
--	----

**ГЛАВА 5. МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОВЕДЕНИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ И РАЗРАБОТКИ ПРОГРАММЫ ПОДГОТОВКИ ПРИ ОТБОРЕ И ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ.....**

5.1 Рационализация структуры физической и технической подготовленности юных футболистов.....	89
5.2 Этапность блочной структуры тренировочного процесса.....	94
5.3.Организационно-методические основы систематизации и унификации параметров тренировочных нагрузок экспериментальной методики.....	99

**ГЛАВА 6. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ОБОСНОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ И ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ 12-14 ЛЕТ В ПРОЦЕССЕ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ.....**

6.1 Динамика уровня физической подготовленности юных футболистов.....	105
6.2 Динамика уровня технической подготовленности юных футболистов.....	114
6.3 Определение рациональной структуры физической подготовленности юных футболистов в структуре технических навыков игры в футбол на основе корреляционного анализа.....	124
6.4 Система подсчетов выполнения технико-тактических действий с мячом в игровой деятельности.....	134

<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....</b>	<b>152</b>
<b>РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРАКТИЧЕСКОМУ ИСПОЛЬЗОВАНИЮ РЕЗУЛЬТАТОВ.....</b>	<b>154</b>
<b>ПРИМЕНЯЕМЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ И СОКРАЩЕНИЯ.....</b>	<b>156</b>
<b>ПРИЛОЖЕНИЯ.....</b>	<b>157</b>
<b>ЛИТЕРАТУРА.....</b>	<b>173</b>

## ВВЕДЕНИЕ

Стремительное развитие спорта высших достижений определяет необходимость адекватного развития системы подготовки спортивного резерва, которая напрямую связана с эффективностью работы детских спортивных школ различных видов и типов.

Футбол был и остаётся самым массовым видом спорта, но при этом продуктивность работы детских спортивных учреждений, занимающихся подготовкой футболистов высокой квалификации, остаётся весьма низкой.

Современный футбол, характеризуется высокой двигательной активностью игроков, которая носит преимущественно динамический характер и отличается неравномерностью физических нагрузок и аритмичным чередованием работы и отдыха. Среди них основными являются действия с мячом и передвижения по полю (бег, ходьба, жонглирование, удары по воротам). И от того, насколько футболист хорошо владеет своим двигательным аппаратом и как высоко у него развиты двигательные способности, зависят быстрота, точность и своевременность выполнения конкретной технической задачи. Интенсификация соревновательной деятельности, часто приводит к тому, что увеличение объёма перемещений не сопровождается повышением их эффективности.

На современном этапе назрела практическая задача по выявлению связи физического развития детей с режимом специальных физических упражнений в процессе длительного периода тренировок, а так же в потребности практики обучения и тренировки футбольных школ в разработке вопроса об организации наиболее благоприятного для физического развития детей режима учебно-тренировочной деятельности, а так же анализа применения наработанных действий в игровых и соревновательных условиях.

Следовательно, возникает необходимость в разработке методики физической и технической подготовленности при отборе и индивидуализации юных футболистов на основе дифференциации, исследований динамики развития физических качеств и двигательных навыков, начиная с этапа предварительной подготовки. Особое внимание, при этом следует уделять значимым физическим качествам, определяющим успех в избранном виде спорта и формированию устойчивой мотивации к дальнейшим занятиям футболом.

В настоящее время важнейшей проблемой в футболе, является разработка и обоснование эффективной многолетней подготовки и воспитания перспективного спортивного резерва. В многообразии факторов, определяющих возможность достижения высших спортивных результатов в футболе, основополагающая фундаментальная роль, принадлежит построению и содержанию учебно-тренировочного процесса на начальном этапе спортивной специализации.

Закрепления навыка должно происходить также в процессе целостного воспроизведения. Тренер должен твердо помнить о том, что к совершенствованию технического навыка владения мячом на этом этапе подготовки не должно быть отдельного подхода: совершенствование техники и физических кондиций выступают в единстве и в прямой зависимости друг от друга. Структура процесса подготовки базируется на объективно существующих закономерностях становления спортивного мастерства.

Эти закономерности обуславливаются факторами, определяющим эффективность соревновательной деятельности и оптимальную структуру подготовленности, особенностями адаптации к характерным для данного вида спорта средствам и методам воздействия, индивидуальными особенностями спортсменов, сроками основных соревнований и их соответствием оптимальному для достижения наивысших результатов возрасту спортсмена.

#### **4.2 Этап начальной спортивной специализации**

На этапе начальной спортивной специализации происходит расширение круга изучаемых технико-тактических приемов, формируются умения применять изученные приемы в усложненных условиях, развитие физических способностей осуществляется с учетом специфических требований футбола. Значительно расширяется объем теоретических знаний, совершенствуется психологическая устойчивость.

*Задачи этапа начальной спортивной специализации:*

- укрепление здоровья и закаливание организма занимающихся;
- изучение основных разделов теоретической подготовки;
- развитие общих и специальных физических способностей;
- овладение приемами техники на уровне умений и навыков;
- овладение индивидуальными и групповыми тактическими действиями;
- овладение основами тактики командных действий;
- воспитание морально-волевых качеств;
- воспитание чувства коллективизма, товарищества, ответственности и навыков культуры поведения;
- приучение к творческому применению полученных знаний, умений и навыков;
- воспитание навыков соревновательной деятельности по футболу;
- подготовка и выполнение нормативов по технической и физической подготовке.

*На этапе начальной спортивной специализации, обучающийся должен:*

- 1) Знать основные разделы теоретической подготовки;
- 2) Прочно освоить изученные приемы современной техники футбола;
- 3) Овладеть основными тактическими приемами ведения командной игры и прочно владеть индивидуальными и групповыми тактическими

действиями;

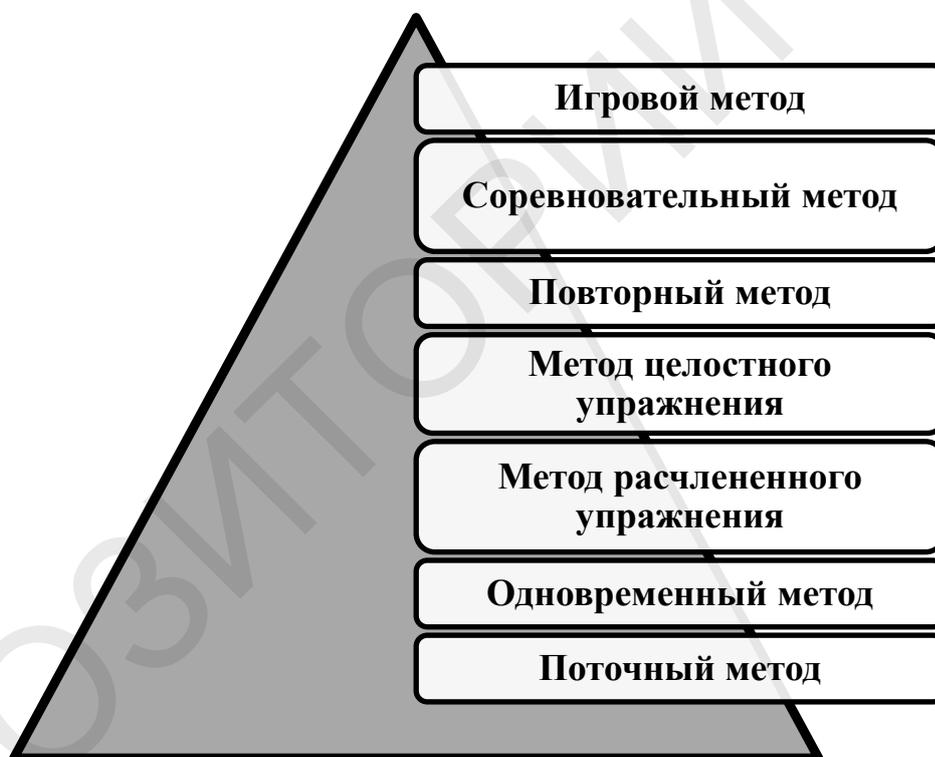
4) Обладать морально-волевыми качествами и уметь проявлять психологическую устойчивость в различных игровых ситуациях;

5) Уметь творчески мыслить и эффективно применять изученные приемы в процессе игры;

6) Выполнить контрольные нормативы по общей и специальной физической и технической подготовке согласно предъявляемым требованиям.

В подростковом возрасте, также как и в возрасте 6-9 лет, в центральной нервной системе процессы возбуждения продолжают преобладать над процессами торможения [5]. В связи с этим подростки отличаются повышенной активностью.

*Основными методами* удовлетворения их активности является игровой и соревновательный метод, но, наряду, с ними, используются и многие другие методы (рисунок 4.6).



**Рисунок 4.6 – Основные методы начального этапа спортивной специализации юных футболистов**

*Игровой метод* представляет собой движения, действия, задания, выполняемые с учебной, воспитательной и тренировочной целями в форме игры, проводимой для увеличения нагрузок, сохранения интереса в процессе занятия. В учебно-тренировочных группах 1-2 годов обучения (УТГ-1 и УТГ-2) и пользуются различные элементы спортивных игр и спортивные игры в разных вариантах (ручной мяч, ручной мяч двумя мячами, регби, футбол с различными игровыми заданиями и т.д.), а также подвижные игры, которые

применяются значительно реже, нежели на начальном этапе подготовки. Они используются с целью решения задач специальной спортивной подготовленности. Игровые методы позволяют решать не только задачи тренировки, но также обучения и воспитания волевых качеств [17].

В учебно-тренировочных группах 1-2 года обучения значительно шире применяется *соревновательный метод*, нежели на начальном этапе подготовки. При таком методе, упражнения и задания выполняются в виде состязаний, вызывающих проявления резервных сил и возможностей, воспитывающих бойцовские качества, создающих психологическую подготовку. Особенно соревновательный метод эффективен при развитии силы, быстроты, выносливости и других качеств.

Соревнование в футболе - это огромный стимул для детей, средство проявления всех сил и возможностей человека, воспитание его воли и характера. В футболе невозможно достичь высоких, стабильных результатов, редко выступая на соревнованиях. Именно на соревнованиях проявляются потенциальные возможности спортсмена и его уровень подготовленности, выявляются недостатки в технике, воспитываются волевые качества.

Не менее важно и привыкание юных футболистов к соревновательным условиям, воспитания профессионального подхода к ним. Соревновательный метод используется также в обучении спортивной технике, ее элементам, точности движений и т.д. (различные эстафеты с мячом, обводкой стоек, игра в футбол между группами).

Учебно-тренировочный процесс немыслим без *повторного метода*. Основная цель повторного метода выполнять движения, действия, задания определенное число раз, стараясь придерживаться требуемой формы и характера и добиваясь совершенствования в них. Только при многократном повторении какого-либо технического элемента юный футболист сможет овладеть им. Важную роль в тренерской работе играет использование методов воспитания, обучения и тренировки.

Эти методы основываются на принципе сознательности, и главный из них - метод убеждения (словом, наглядным примером). Важную роль играют такие методы, как требовательность, поощрение, постепенно повышающая нагрузка, повторность воздействий, соревнования.

При применении *метода обучения* используется слово (объяснения, указания, напоминания, разбор и др.), наглядность (наблюдения, показ, схемы, учебные видеофильмы и др.), свою непосредственную помощь ребенку (в выполнении отдельных движений и действий и др.).

Для превращения двигательного представления в действие есть лишь одно средство - практические попытки его воспроизведения. При этом наибольшую роль играют *метод целостного упражнения* (выполнение изучаемого в целом) и *метод расчлененного упражнения* (обучение по частям). Оба метода взаимосвязаны, дополняют друг друга и требуют использования *метода повторности*.

В основе всего многообразия методов тренировки лежит *метод*

*повт орного выполнения.*

Контроль за состоянием и подготовленностью юного футболиста осуществляется с помощью *конт рольного мет ода*. Он включает в себя контрольно-тренировочные упражнения (челночный бег, отжимание, бег, жонглирование мяча и т.д.) показывающие специальную и общую подготовленность спортсмена. Также ни одно тренировочное занятие не может обойтись без *одновременного* (одновременное выполнение одного упражнения всей группой) и *пот очного* (поочередное выполнение упражнения группой занимающихся) *мет ода*.

***Начальное обучение, как база формирования спортивной техники.***

Повышение уровня мастерства футболистов неразрывно связано с непрерывным улучшением качества подготовленности резервов. Весь учебно-тренировочный процесс направлен на подготовку будущих мастеров кожаного мяча. Он строится на основе программного материала и режима работы спортивных школ. Чтобы решить стоящие перед школой задачи наиболее успешно, необходимо программировать учебно-тренировочный процесс по таким критериям, которые обеспечили бы разностороннюю подготовленность юных футболистов.

Не менее важно в процессе подготовки юных спортсменов повышение эффективности работы над овладением техникой игры и над совершенствованием навыков выполнения широкого «ассортимента» технических приёмов в вариативных условиях, близких к игровым.

При сопоставлении показателей точности технико-тактических действий юных футболистов и игроков, выступающих за команды мастеров, видна отрицательная преемственность: приёмы, которые выполняются с высоким процентом ошибок в детском возрасте, продолжают оставаться камнем преткновения и в пору спортивной зрелости [70].

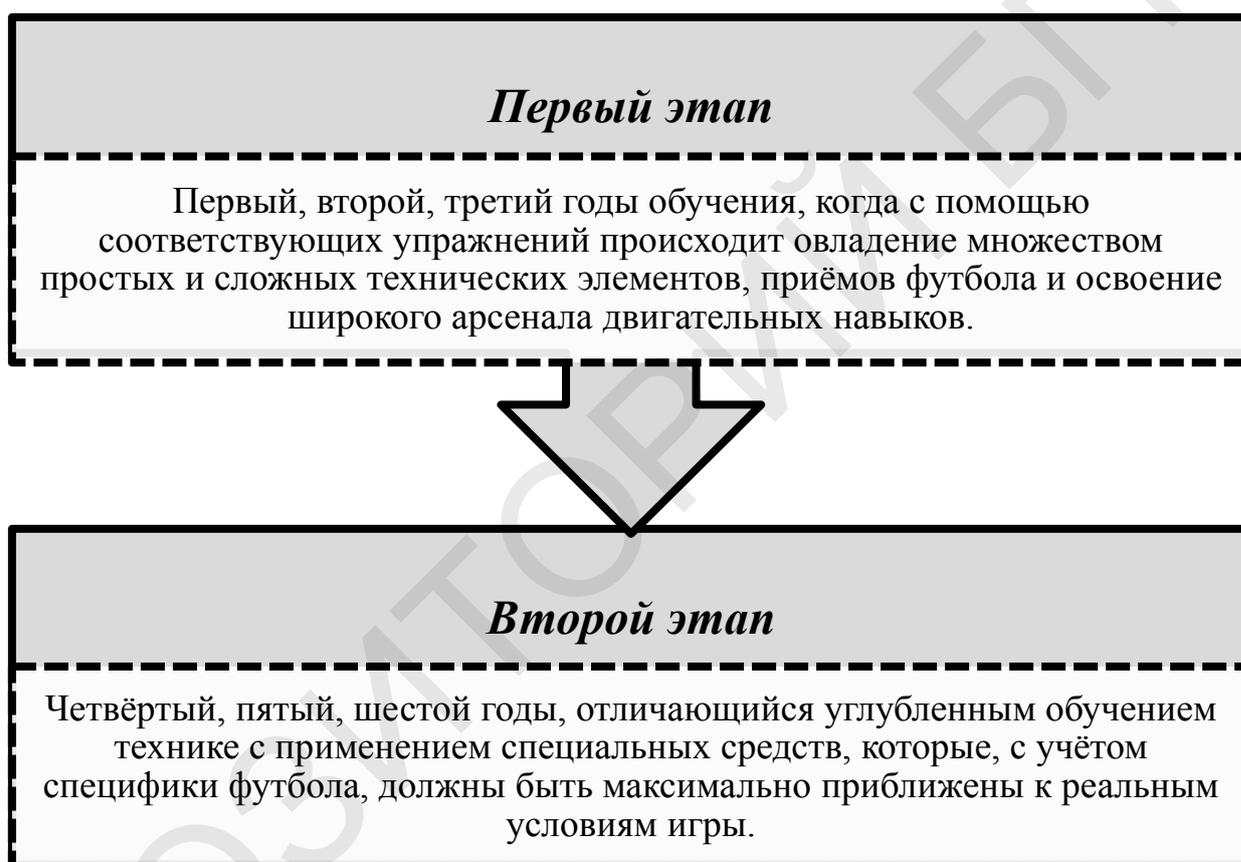
Невысокий уровень технической подготовленности, связывают с проблемами учебно-тренировочного процесса в детском и юношеском возрастах. Это является, по данным некоторых исследований [21, 47, 61], следствием несоответствия между тренировочной и соревновательной деятельностью юных футболистов. Однако в настоящее время эта проблема является практически неизученной. Такое положение, по-видимому, и приводит к имеющему место созданию основ спортивной техники, на начальных этапах периода обучения будущих спортсменов, когда идёт планомерная и целенаправленная работа по формированию двигательных навыков.

Как известно, построение процесса начального обучения технике футбола, основанного на положениях теории поэтапного формирования действий, делает его управляемым и способствует повышению эффективности тренировочного процесса. В основе развития двигательных качеств на первом этапе специализации лежит использование способностей организма к аккумулятивной (накопительной) адаптации, при которой под влиянием повторяющихся воздействий происходит формирование основных

структур движений. Таким образом, на начальной стадии обучения выдвигается вариативность, которая позволяет охватить всё разнообразие и больший объём тренировочных средств [9, 17, 50, 62, 91].

Обучение технике игры следует рассматривать как длительный процесс, который разделяется по годам обучения (причём каждый год циклически повторяет программу, но на качественно более высоком уровне), и поэтому особое место в нём должно занимать планирование.

Процесс обучения футбольной технике можно условно разделить на два этапа, которые предопределяют будущую техническую вооружённость (рисунок 4.7).



**Рисунок 4.7 – Этапы обучения футбольной технике**

Начальная стадия обучения характеризуется применением большого количества одноцелевых упражнений, которые выполняются в простых условиях, на месте или на малой скорости, без дефицита времени, с катящимся мячом, без сопротивлений и т.д., что поможет сформировать прочные навыки в стабильных условиях.

Упражнения, применяемые в обучении во время второго этапа, характеризуются большим количеством соединений, связок, сопротивлений, быстрой сменой условий и движений, которые преследуют стабилизацию техники в условиях, близких к соревновательным.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Абдулкадыров, А.А. Соотношение физической и технической подготовки юных футболистов 11-14 лет на этапе начальной спортивной специализации: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / А.А. Абдулкадыров. - СПб., 2004. – 27 с.
2. Авалькова, С.Ю. Педагогические условия реализации дифференцированного подхода в физическом воспитании на основе субъективного опыта студентов: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04/ С.Ю. Авалькова - Сургут, 2002. - 27 с.
3. Айрапетянц, Л.Р. Педагогические основы планирования и контроля соревновательной и тренировочной деятельности в спортивных играх: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 10.00.04 / Л.Р. Айрапетянц. - М., 2005. – 26 с.
4. Ананьева, Н.А. Физиологическое развитие и адаптационные возможности школьников / Н.А. Ананьева, Ю.А. Ямпольская // Вестник Российской АМН. - 1993. - № 5. - С. 19 - 24.
5. Андреев, С.Н. Футбол в школе / С.Н. Андреев. - М.: Просвещение, 1986. – 144 с.
6. Анохин, П.К. Узловые вопросы теории функциональной системы / П.К. Анохин. - М.: Наука, 1986. - 197 с.
7. Артюхов, М.В. Дифференцированное обучение в условиях промышленно развитого региона: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04/ М.В. Артюхов. - Новокузнецк, 1996. - 25 с.
8. Ашмарин, Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании / Б.А. Ашмарин. - М.: Физкультура и спорт, 1978. - 223 с.
9. Баландин, В.И. Прогнозирование в спорте / В.И. Баландин, Ю.М. Блудов, В.А. Плахтиенко. - М.: Физкультура и спорт, 2004. – 215 с.
10. Бальсевич, В.К. Перспективы развития общей теории и технологий спортивной подготовки и физического воспитания (методологический аспект) / В.К. Бальсевич // Теория и практика физической культуры. – 1999. - № 2. – С.21-26, 39-40.
11. Безруких, М.М. Возрастная физиология (Физиология развития) / М.М. Безруких, В.Д. Сонькин, Д.А. Фарбер. - М.: Академия, 2003. – 416 с.
12. Берков, В.Ф. Философия и методология науки: учеб. пособие / В.Ф. Берков. - М.: Новое знание, 2004. - 335 с.
13. Бернштейн, Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности / Н.А. Бернштейн. - М.: Медицина, 1966. - 349 с.
14. Блашак, И.М. Точность ударов по воротам в соревнованиях и тренировках футболистов и факторы, ее определяющие: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / И.М. Блашак. - М., 2001. – 25 с.
15. Бойко, В.В. Целенаправленное развитие двигательных способностей человека / В.В. Бойко. - М.: Физкультура и спорт, 1987. - 143 с.

16. Большой толковый словарь русского языка / сост. и гл. ред. С.А. Кузнецов. - СПб.: Норинт, 2006. - 1536 с.
17. Верхошанский, Ю.В. Горизонты научной теории и методологии спортивной тренировки / Ю.В. Верхошанский // Теория и практика физической культуры. - 1998. - № 7. - С. 41-54.
18. Верхошанский, Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов / Ю.В. Верхошанский. - М.: Физкультура и спорт, 1988. - 330 с.
19. Верхошанский, Ю.В. Экспериментальное обоснование средств скоростно-силовой подготовки в связи с биодинамическими особенностями спортивных упражнений: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Ю.В. Верхошанский. - М., 1963. - 21 с.
20. Геселевич, В.А. Медицинский справочник тренера / В.А. Геселевич. - М.: Физкультура и спорт, 1981. - 271 с.
21. Годик, М.А. Командные, групповые и индивидуальные упражнения и их соотношение в тренировке юных футболистов / М.А. Годик, А.И. Шамардин, И. Халиль // Теория и практика физической культуры. - 2007. - №7. - С. 49-51.
22. Годик, М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок / М.А. Годик. - М.: Физкультура и спорт, 1980. - 136 с.
23. Гриндлер, К. Техническая и тактическая подготовка футболистов / К. Гриндлер. - М.: Физкультура и спорт, 1976. - 342 с.
24. Гужаловский, А.А. Физическое воспитание школьников в критические периоды развития / А.А. Гужаловский // Теория и практика физической культуры. - 1977. - № 7. - С. 37-39.
25. Гужаловский, А.А. Этапность развития физических (двигательных) качеств и проблема оптимизации физической подготовки детей школьного возраста: дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / А.А. Гужаловский. - М., 1979. - 285 с.
26. Гуревич, И.А. Круговая тренировка при развитии физических качеств / И.А. Гуревич. - Минск: Полымя, 1985. - 256 с.
27. Даум, К. Марафон в центре поля / К. Даум // Футбол: Еженедельник. - 2006. - № 35. - С. 20-21.
28. Джармен, Д. Футбол для юных / Д. Джармен. - М.: Физкультура и спорт, 2002. - 61 с.
29. Дьячков, В.М. Физическая подготовка спортсмена / В.М. Дьячков. - М.: Физкультура и спорт, 1961. - 60 с.
30. Дьячков, В.М. Экспериментальное обоснование и разработка системы тренировки в скоростно-силовых видах спорта: по материалам исслед. легкоатлетов-прыгунов: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / В.М. Дьячков. - М., 1963. - 50 с.
31. Зациорский, В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В.М. Зациорский. - 3-е изд. - М.: Советский спорт, 2009. - 200 с.: ил.

32. Зеленцов, А.С. Техничко-тактические действия футболистов: проблемы совершенствования / А.С. Зеленцов, В.В. Лобановский, Е.А. Разумовский // Футбол. Ежегодник. – 1982. - № 4. – С. 9-13.
33. Золотарев, А.П. Структура и содержание многолетней подготовки спортивного резерва в футболе: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / А.П. Золотарев. – Краснодар, 1997. – 26 с.
34. Иванченко, Е.И. Теория и практика спорта: учеб.-метод, пособие / Е.И. Иванченко. - Минск: Четыре четверти, 1997. - 239 с.
35. Ивойлов, А.В. Средства и методы обеспечения функциональной устойчивости точностных движений в спортивной деятельности: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / А.В. Ивойлов. - М., 1987. - 51 с.
36. Иссурин, В.Б. Блоковая периодизация спортивной тренировки: монография / В.Б. Иссурин. - М.: Советский спорт, 2010. - 288 с.
37. Кобринский, М.Е. Педагогика: курс лекций / М.Е. Кобринский.– Мн: БГИФК, 2001. - 112 с.
38. Козел М. В. Эффективность применения специально-подготовительных упражнений с включением периферического зрения на этапе начальной специализации футболистов / М.В. Козел, А.П. Саскевич // Медико-биологические и психолого-педагогические аспекты физической культуры и спорта: материалы I Междунар. науч.-практ. семинара специалистов сферы физ. культуры и спорта, 17 мая 2013 г., г. Барановичи, Республика Беларусь / редкол.: А. В. Никишова (гл. ред.), И. А. Ножко (отв. ред.) [и др.]. - Барановичи: РИО БарГУ, 2013. – С. 15-19.
39. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов / сост.: В.И. Лях, А.А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2004. - 126 с.
40. Коренберг, В.Б. Спортивные способности и возможности / В.Б. Коренберг // Теория и практика физической культуры. - 2009. - № 3. - С. 3-9.
41. Коц, Я.М. Физиологические основы физических (двигательных) качеств / Я.М. Коц. - М.: Физкультура и спорт, 1986. – 371 с.
42. Леонова, В.А. Дифференцированный подход к выбору методов совершенствования двигательных качеств школьников: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04/ В.А. Леонова. - М., 1991. - 18 с.
43. Лесгафт, П.Ф. Собрание педагогических сочинений: в 5 т. / П.Ф. Лесгафт. - М.: Физкультура и спорт, 1951-1954.- Т. 1: Руководство по физическому образованию детей школьного возраста. - 1951. - 444 с.
44. Логвина, Т.Ю. Теоретическое и научно-методическое обоснование методов оценки физического состояния детей в процессе занятий физическими упражнениями / Т.Ю. Логвина. – Мн: БГУФК, 2004. – 176 с.
45. Лукьяненко, В.П. Развитие силовых возможностей человека как базовая основа для реализации координационных способностей / В.П. Лукьяненко // Теория и практика физ. культуры. - 2007. - № 6. - С. 52-54.
46. Лях, В.И. Тесты в физическом воспитании школьников: пособие для учителя / В.И. Лях. - М.: Назрань АСТ, 1998. - 270 с.

47. Масловский, Е.А. Использование программы по физической подготовке юных футболистов в период проведения двухгодичного педагогического исследования / Е.А. Масловский, А.Н. Яковлев, А.П. Саскевич // Известия Сочинского государственного университета. – 2013. - № 4. – С. 155-159.

48. Масловский, Е.А. Сравнительная характеристика технико-тактических действий в условиях соревновательной деятельности высококвалифицированных и юных футболистов / Е.А. Масловский, А.П. Саскевич, А.Н. Яковлев // Физическая культура, спорт и туризм. Интеграционные процессы науки и практики: сборник статей по материалам II международного научного симпозиума. Том 1, г. Орел, 24 - 25 апреля 2014 / под ред. д-ра пед. наук, профессора В.С. Макеевой. - Орел: ФГБОУ ВПО «Госуниверситет – УНПК», 2014. – С. 306-311.

49. Масловский, Е.А. Теоретические и методические основы использования индивидуально-сопряженного подхода в физическом воспитании школьников и подготовке юных спортсменов: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Е.А. Масловский. - Минск, 1993. - 49 с.

50. Матвеев, Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов: учеб. для ин-тов физ. культуры / Л.П. Матвеев. - Киев.: Олимпийская литература, 1999. - 318 с.

51. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет: учебник / Л.П. Матвеев. - 4-е изд., стер. - СПб.: Лань, 2004. -160 с.

52. Матвиенко, А.И. Повышение уровня тактической подготовленности юных футболистов / А.И. Матвиенко, Н.И. Антипин // Сборник научных работ студентов Республики Беларусь «НИРС 2012» / редкол.: А.И. Жук (пред.) [и др.]. – Минск: БГУ, 2013. - С. 482 – 483.

53. Менхин, Ю.В. Физическая подготовка к высшим спортивным достижениям в видах спорта со сложной координацией действий: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Ю.В. Менхин. - М., 1990. - 48 с.

54. Менхин, Ю.В. Физическое воспитание: теория, методика, практика: учеб. пособие / Ю.В. Менхин. - М.: Физкультура и спорт, 2006. - 312 с.

55. Михалевский, В.И. Кадровая политика в футболе: проблемы и перспективы / В.И. Михалевский // Теория и практика физической культуры. - 2010. - № 9. – С. 72.

56. Михеев, А.И. Формирование интереса к спорту у подростков / А.И. Михеев // Теория и практика физической культуры. - 1974. - № 2. - С. 41-43.

57. Никитушкин, В.Г. Некоторые итоги исследования проблемы индивидуализации подготовки юных спортсменов / В.Г. Никитушкин, П.В. Квашук // Теория и методика физической культуры. – 1998. - № 10. – С. 18-22.

58. Никитушкин, В.Г. Организационно-методические основы подготовки спортивного резерва: монография / В.Г. Никитушкин, П.В. Квашук, В.Г. Бауэр. – М.: Советский спорт, 2005. – 232 с.: ил.
59. Озолин, Н.Г. Современная система спортивной тренировки / Н.Г. Озолин. - М.: Физкультура и спорт, 1970. - 479 с.
60. Павлов, И.П. О типах высшей нервной деятельности и экспериментальных неврозах / И.П. Павлов. - М.: Медгиз, 1954. - 192 с.
61. Пальке Х., Хеммо Х. Техническая и тактическая подготовка футболистов / Пер. с нем. В.П. Котелкина. - М: Физкультура и спорт, 2007. – 174 с.
62. Платонов, В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В.Н. Платонов. - Киев: Олимпийская литература, 1997. - 583 с.
63. Полатайко, Ю.А. Физиологические особенности возрастного развития кардиореспираторной системы юных спортсменов: автореф. дис. ... канд. биол. наук: 03.00.13 / Ю.А. Полатайко. - М., 1989. - 17 с.
64. Профессиональная физическая культура в системе непрерывного образования молодежи: Научно-методическое пособие / В.А. Кабачков, С.А. Полиевский, А.Э. Буров. - М.: Советский спорт, 2010. - 296 с.
65. Пуни, А.Ц. Психологический анализ процесса образования двигательных навыков / А.Ц. Пуни. - СПб: ЛНИИ, 1949. – 238 с.
66. Раевский, Р.Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов высших учебных заведений: учеб. - метод. пособие / Р.Т. Раевский, С.М. Канишевский. - Одесса: Наука и техника, 2010. - 380 с.
67. Розенблат, В.В. Проблема утомления / В.В. Розенблат. - М.: Медицина, 1975. - 240 с.
68. Рубин, В.С. Олимпийский и годовые циклы тренировки: теория и практика / В.С. Рубин. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: Советский спорт, 2009. - 188 с.
69. Садовский В.Н. Основания общей теории систем. Логико-методологический анализ / В.Н. Садовский. - М.: Наука, 1974. - 279 с.
70. Саскевич, А.П. Атакующие и оборонительные ТТД с мячом юных футболистов и их реализация в условиях соревновательной деятельности / А.П. Саскевич, Е.А. Масловский // Научный потенциал молодежи – будущему Беларуси: материалы VIII Международной молодежной научно-практической конференции, УО «Полесский государственный университет», г. Пинск, 4 апреля 2014 г. / Министерство образования Республики Беларусь и [др.]; редкол.: К.К. Шебеко [и др.]. – Пинск: ПолесГУ, 2014 г. – С. 300-302.
71. Саскевич, А.П. Взаимосвязь между показателями общей физической подготовки и специальной физической подготовки у юных футболистов 10-12 лет / А.П. Саскевич, Е.А. Масловский // От идеи – к инновации: материалы XXI Респ. студ. науч.-практ. конф., Мозырь 24 апреля

2014г. В 2 ч. Ч. 1 / УО МГПУ им. И.П. Шамякина; редкол.: И.Н. Кралевич (отв. ред.) [и др.]. - Мозырь, 2014. – С. 186-187.

72. Саскевич, А.П. К определению значимых физических качеств (ОФП и СФП) и технических действий и их взаимосвязи у футболистов 10-12 лет / А.П. Саскевич, Е.А. Масловский // Студенты вузов – школе и производству: международный сб. студенческих науч. ст. / отв. ред. Л.В. Ведерникова. – Ишим: ИГПИ им. П.П. Ершова, 2013. – С. 247-249.

73. Саскевич, А.П. Комплексный подход в физическом совершенствовании юных футболистов 10-14 лет / А.П. Саскевич, Е.А. Масловский // От идеи – к инновации: материалы Юбилейной XX Республиканской научно-практической конференции, УО «МГПУ им. И.П. Шамякина», г. Мозырь, 16 апреля 2013 г. – Мозырь: МГПУ им. И.П. Шамякина, 2013 г. – С. 248-249.

74. Саскевич, А.П. Комплексы специально-подготовительных упражнений для обучения технике игры в футбол с подключением периферического зрения на этапе начальной спортивной специализации: практические рекомендации / А.П. Саскевич. – Пинск: ПолесГУ, 2012, - 14 с.

75. Саскевич, А.П. Некоторые экспериментальные данные по развитию периферического зрения у юных футболистов 10 – 11 лет / А.П. Саскевич, Е.А. Масловский // Научный потенциал молодежи – будущему Беларуси: материалы V Международной молодежной научно-практической конференции, Ч. 4, УО «Полесский государственный университет», г. Пинск, 31 марта 2011 г./ Национальный банк РБ – Пинск: ПолесГУ, 2011 г. – С. 258-260.

76. Саскевич, А.П. Нетрадиционные подходы по формированию периферического зрения в усложненных условиях игровой деятельности юных футболистов 10-11 лет / А.П. Саскевич, М.В. Козел, Е.А. Масловский // Современные проблемы здоровья и здорового образа жизни: сб. материалов Международной студенческой научно-практич. конф. и Международного научного семинара, Брест, 19-21 мая 2011г. / Брест. гос. ун-т имени А.С. Пушкина; редкол.: А.Н. Герасевич (гл. редактор) [и др.]. – Брест: БрГУ, 2011. – С. 69-70.

77. Саскевич, А.П. Особенности методики физической подготовки юных футболистов 10-14 лет в структуре технико-тактических навыков игры в футбол / А.П. Саскевич, Е.А. Масловский // Сборник научных работ студентов Республики Беларусь «НИРС 2012» / редкол.: А.И. Жук (пред.) [и др.]. – Минск: БГУ, 2013. - С. 489 – 490.

78. Саскевич, А.П. Пути совершенствования взаимосвязи физической и технической подготовленности юных футболистов на этапе начальной спортивной специализации / А.П. Саскевич, Е.А. Масловский // Научный потенциал молодежи – будущему Беларуси: материалы VII Международной молодежной научно-практической конференции, Ч. 2, УО «Полесский государственный университет», г. Пинск, 10 апреля 2013 г. / Национальный банк РБ – Пинск: ПолесГУ, 2013 г. – С. 197-199.

79. Саскевич, А.П. Физическая подготовка юных футболистов в период проведения двухгодичного педагогического эксперимента / А.П. Саскевич, Е.А. Масловский, А.Н. Яковлев // Молодая спортивная наука Беларуси: материалы Междунар. науч.-практ. конф., Минск, 8–10 апр. 2014 г.: в 3 ч. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры; редкол.: Т.Д. Полякова (гл. ред.) [и др.]. – Минск: БГУФК, 2014. – Ч. 1. – С. – 165-166.

80. Саскевич, А.П. Характеристика физических и тактико-технических показателей тренировочного процесса юных футболистов 10-11 лет в двухгодичном цикле тренировки / А.П. Саскевич, Е.А. Масловский // Научный потенциал молодёжи – будущему Беларуси: материалы VI Международной научно-практической конференции, УО «Полесский государственный университет», г.Пинск, 6 апреля 2012 г. / Национальный банк Республики Беларусь [и др.]; редкол.: К.К. Шебеко [и др.]. - Пинск: ПолесГУ, 2012. С. 267-268.

81. Саскевич, А. П. Комплексное обеспечение физической подготовки на этапе начальной спортивной специализации футболистов / А.П. Саскевич // Медико-биологические и психолого-педагогические аспекты физической культуры и спорта: материалы I Междунар. науч.-практ. семинара специалистов сферы физ. культуры и спорта, 17 мая 2013 г., г. Барановичи, Республика Беларусь / редкол.: А. В. Никишова (гл. ред.), И. А. Ножко (отв. ред.) [и др.]. - Барановичи: РИО БарГУ, 2013. – С. 48-52.

82. Сепетлиев, Д. Статистические методы в научных медицинских исследованиях / Д. Сепетлиев. - М.: Медицина, 1968. - 420 с.

83. Система подготовки спортивного резерва / под ред. В.Г. Никитушкина. – М.: Советский спорт, 1994. – 178 с.

84. Скворцов, А.Е. О последовательности формирования педагогических навыков и умений /А.Е. Скворцов // Теория и практика физической культуры. - 1962. - № 2. - С. 41-45.

85. Сологуб, Е.Б. Спортивная генетика: учеб. пособие для вузов физ. культуры / Е.Б Сологуб, В.А. Таймазов. - М: Терра-Спорт, 2000. - 127 с.

86. Солодков, А.С. Физиология человека: Общая. Спортивная. Возрастная: учебник для вузов физической культуры / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. - М.: Терра-Спорт, 2001. - 518 с.

87. Спортивная медицина: учеб. для ин-тов физ. культуры / под ред. В.Л. Карпмана. - М.: Физкультура и спорт, 1987. - 303 с.

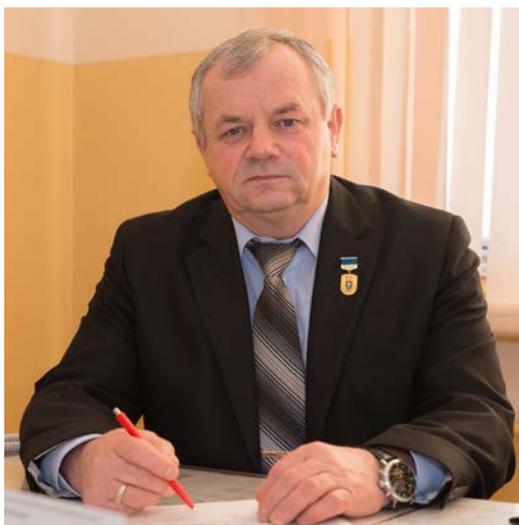
88. Суворов, В.В. Необходимость учета асимметрии при определении игрового амплуа юных футболистов на этапе начальной специализации / В.В. Суворов, М.М. Шестаков // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка: детский тренер: журнал в журнале. - 2007. - № 1. – С. 71-77.

89. Сучилин, А.А. Теоретико-методологические основы подготовки резерва для профессионального футбола / А.А. Сучилин. – М.: Советский спорт, 1997. – 241 с.

90. Тюхтин, В.С. О подходах к построению общей теории систем / В.С. Тюхтин // Системный анализ и научное знание. - 1978. - С. 42-60.
91. Фарфель, В.С. Двигательные способности / В.С. Фарфель // Теория и методика физической культуры. - 1977. - № 12. - С. 27-30.
92. Фарфель, В.С. Физиология человека (с основами биохимии): учебник / В.С. Фарфель, Я.М. Коц. - М.: Физкультура и спорт, 1970. - 343 с.
93. Физиология мышечной деятельности: учебник / под ред. Я.М. Коца. - М.: Физкультура и спорт, 1982. - 447 с.
94. Фомин, Н.А. Некоторые физиологические предпосылки специализированных занятий спортом в юношеском возрасте / Н.А. Фомин, В.П. Филин, В.Е. Горшков // Теория и практика физической культуры. - 1972. - № 3. - С. 53-55.
95. Хижевский, О.В. Меры предупреждения травматизма на занятиях по физической культуре Республики Беларусь / О.В. Хижевский // Народная асвета. – 2009. – № 7. – С. 41–45.
96. Хижевский, О.В. Педагогические средства восстановления как составная часть тренировочного процесса / О.В. Хижевский, В.И. Стадник // Здоровье для всех : материалы IV междунар. науч.-практ. конф., Пинск, 23–24 апр. 2015 г. / Полес. гос. ун-т ; [редкол.: В.В. Шебеко (гл. ред.) и др.]. – Пинск, 2015. – Ч. 1. – С. 358–361.
97. Хижевский, О.В. Повышение степени устойчивости сформированных навыков к сбивающим факторам / О.В. Хижевский // Человек, здоровье, физическая культура на пороге XXI столетия : материалы междунар. науч.-метод. конф., Брест, 30–31 марта 1999 г. / Брест. гос. ун-т ; науч. ред. А.А. Зданевич. – Брест, 1999. – С. 324–325.
98. Хижевский, О.В. Применение технических средств в обучении спортивным упражнениям / О.В. Хижевский // Современные технологии сельскохозяйственного производства : сб. науч. ст. по материалам XV междунар. науч.-практ. конф., Гродно, 27 апр., 18 мая 2012 г. : в 2 ч. / Гродн. гос. аграр. ун-т ; отв. за вып. В.В. Пешко. – Гродно, 2012. – Ч. 2: Экономика, бухгалтерский учет, технология хранения и переработки, общественные науки. – С. 435–438.
99. Хижевский, О.В. Техника физических упражнений / О.В. Хижевский, В.В. Лухвич // Здоровье для всех : сб. ст. IV междунар. науч.-практ. конф., Пинск, 26–27 апр. 2012 г. / Полес. гос. ун-т ; [редкол.: В.В. Шебеко (гл. ред.) и др.]. – Пинск, 2012. – Ч. 2. – С. 284–286.
100. Яковлев, А.Н. Определение рациональной структуры физической подготовки юных спортсменов в структуре технических навыков игры в футбол / А.Н. Яковлев, Е.А. Масловский, А.П. Саскевич // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2013. - № 10. – С. 177-182.
101. Учебная факультативных занятий для учащихся I-IV классов учреждений общего среднего образования: протокол Национального института образования Министерства образования Республики Беларусь, 30 ноября 2011 г., №9. – Мн: Национального института образования, 2011. – 22с.

102. Государственная программа развития физической культуры и спорта в Республике Беларусь: постановление Совета Министров Республики Беларусь на 2016-2020 годы, 18 апр. 2016г., № 303. – Мн: Высшая школа, 2016. – 12 с. 13

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ



**Хижевский  
Олег Викторович**

Заведующий кафедрой физического воспитания и спорта Белорусского государственного педагогического университета имени Максима Танка, доцент, кандидат педагогических наук, заслуженный тренер Республики Беларусь, судья Международной категории, мастер спорта СССР по самбо и дзюдо, тренер Высшей квалификационной категории, неоднократный чемпион и призер чемпионатов БССР по самбо и дзюдо. Автор более 110 научных трудов по здоровому образу жизни, борьбе, физической культуре и спорту.



**Саскевич  
Алексей Петрович**

Магистр педагогических наук, Лауреат XXI Республиканского конкурса научных работ студентов в 2014 году. Награжден премией Президента Республики Беларусь по социальной поддержке одаренных учащихся и студентов в 2013 и 2015 гг.

Автор проекта «StatPro», занявший 3 место в конкурсе Государственного комитета по науке и технологиям Республики Беларусь в номинации «Лучший молодежный инновационный проект» и получивший грант Белорусского инновационного фонда в 2016 году. Финалист Республиканского этапа конкурса «100 идей для Беларуси» в 2017 году. Автор свыше 90 научных и научно-методических работ, опубликованных в Республике Беларусь и в других странах (Российская Федерация, Украина, Польша).