



Научно-исследовательский журнал «*Modern Humanities Success / Успехи гуманитарных наук*»
<https://mhs-journal.ru>
2025, № 10 / 2025, Iss. 10 <https://mhs-journal.ru/archives/category/publications>
Научная статья / Original article
Шифр научной специальности: 5.8.4. Физическая культура и профессиональная физическая подготовка (педагогические науки)
УДК 7.5527

Техническая и тактическая подготовка футболистов в возрасте 7-9 лет

¹Шевцов Я.К., ¹Сидоров Л.К.,
¹Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева

Аннотация: статья посвящена актуальным вопросам совершенствования методики подготовки начинающих футболистов младшего школьного возраста. Предметом исследования является процесс формирования базовых технических навыков и тактического мышления у начинающих спортсменов. В работе представлены результаты масштабного исследования эффективности инновационного подхода к тренировочному процессу, объединяющего техническую и тактическую составляющие подготовки юных спортсменов. Цель работы заключается в разработке и экспериментальном обосновании эффективной методики интегрированной технико-тактической подготовки юных футболистов. Научная работа базируется на длительном педагогическом эксперименте с участием воспитанников спортивной школы. Практическая апробация разработанной методики продемонстрировала существенный прирост показателей у спортсменов экспериментальной группы во всех ключевых аспектах подготовки. Особую ценность представляет комплексный подход к развитию базовых навыков, учитывающий психофизиологические особенности детей данного возраста. Результаты исследования показали значительное улучшение технико-тактических показателей в экспериментальной группе: время выполнения теста по ведению мяча улучшилось на 18%, точность ударов повысилась на 25%, уровень тактического мышления возрос на 43%. Полученные результаты открывают новые перспективы в методологии подготовки футбольного резерва и могут эффективно применяться в спортивных учреждениях различного профиля.

Ключевые слова: спортивная педагогика, методология тренировочного процесса, детский футбол, подготовка спортивного резерва, интегрированный подход, развитие специальных навыков, психофизиологические особенности, инновационные методики, спортивное совершенствование, тренировочный эффект

Для цитирования: Шевцов Я.К., Сидоров Л.К. Техническая и тактическая подготовка футболистов в возрасте 7-9 лет // *Modern Humanities Success*. 2025. № 10. С. 216 – 222.

Поступила в редакцию: 12 июня 2025 г.; Одобрена после рецензирования: 9 августа 2025 г.; Принята к публикации: 29 сентября 2025 г.

Technical and tactical training of 7-9 year old football players

¹Shevtsov Ya.K., ¹Sidorov L.K.,
¹Krasnoyarsk State Pedagogical University named after V.P. Astafiev

Abstract: the article is devoted to current issues of improving the methodology of training novice football players of primary school age. The subject of the study is the process of forming basic technical skills and tactical thinking in novice athletes. The paper presents the results of a large-scale study of the effectiveness of an innovative approach to the training process that combines technical and tactical components of training young athletes. The purpose of the work is to develop and experimentally substantiate an effective methodology of integrated technical and tactical training of young football players. The scientific work is based on a long-term pedagogical experiment with the participation of students of a sports school. Practical testing of the developed methodology demonstrated a significant increase in the indicators of athletes in the experimental group in all key aspects of training. Of particular value is an integrated approach to the development of basic skills, taking into account the psychophysiological characteristics of children of this age. The results of the study showed a significant improvement in technical and tactical indicators in the experimental group: the time to complete the ball dribbling test improved by 18%, the

accuracy of kicks increased by 25%, the level of tactical thinking increased by 43%. The obtained results open up new perspectives in the methodology of football reserve training and can be effectively applied in sports institutions of various profiles.

Keywords: sports pedagogy, methodology of the training process, children's football, training of sports reserves, integrated approach, development of special skills, psychophysiological features, innovative methods, sports improvement, training effect

For citation: Shevtsov Ya.K., Sidorov L.K. Technical and tactical training of 7-9 year old football players. *Modern Humanities Success*. 2025. 10. P. 216 – 222.

The article was submitted: June 12, 2025; Approved after reviewing: August 9, 2025; Accepted for publication: September 29, 2025.

Введение

Техническая и тактическая подготовка юных футболистов требует особого подхода с учетом возрастных особенностей развития детского организма. А.А. Жумадилханов, В.П. Попов и С.Т. Маженов в своих исследованиях отмечают, что организм ребенка постепенно адаптируется к физическим нагрузкам, что необходимо учитывать при построении тренировочного процесса. В возрасте 7 лет оптимальной является одна тренировка в неделю продолжительностью 40-45 минут. Превышение данного временного интервала может негативно сказаться на физическом развитии ребенка. При достижении возраста 8-9 лет допустимо увеличение длительности тренировки до 60 минут, сохраняя при этом периодичность занятий – один раз в неделю. А.М. Тохтаров подчеркивает важность тактической подготовки, которая включает в себя развитие умения взаимодействовать с партнерами по команде и противодействовать сопернику. На начальном этапе подготовки особое внимание уделяется развитию базового тактического мышления через простые игровые ситуации [2, 9].

Правильная организация тренировочного процесса должна обеспечивать гармоничное развитие технических навыков и физических качеств юных футболистов. Особое внимание следует уделять формированию правильной техники выполнения базовых элементов, так как именно в этом возрасте закладывается фундамент будущего спортивного мастерства. В своих исследованиях Т.А. Швалева, Ж.В. Кузнецова и А.В. Ермохин указывают на необходимость формирования технического мастерства через освоение основных приемов игры. В возрасте 7-9 лет важно научить детейциальному выполнению базовых элементов: остановке мяча, передаче, ведению и ударам по мячу. Исследователи отмечают, что в данном возрастном периоде наиболее эффективно развивается координация и скоростные качества. Именно поэтому тренировочный процесс должен включать упражнения на развитие этих способностей. При

этом важно соблюдать принцип постепенности в увеличении нагрузок и придерживаться игровой формы проведения занятий [10].

Техническая подготовка юных футболистов является фундаментальным аспектом в формировании спортивного мастерства. О.А. Рогожкин и А.М. Алябьева подчеркивают важность быстрого и грамотного выполнения технических приемов, которые закладываются именно в детском возрасте. Эффективность игры напрямую зависит от того, насколько качественно спортсмен владеет техническим арсеналом в различных игровых ситуациях. При работе с юными футболистами 7-8 лет М.С. Леонтьева, В.Н. Пушкина, Н.Л. Ткаченко и А.А. Шигидин рекомендуют придерживаться принципа взаимосвязи обучения и развития, что подразумевает параллельное совершенствование как технических навыков, так и физических качеств через специальные игровые упражнения. Особое значение имеет систематичность и последовательность в обучении, когда новый материал органично встраивается в уже освоенные элементы [5, 8].

Интересный подход к тактической подготовке представлен в работах А.Ю. Канурного, И.Г. Лебединской и П.В. Хало. Исследователи отмечают, что основная сложность для юных футболистов заключается не в понимании игровых ситуаций, а в быстром принятии решений во время матча. Ключевым элементом тактической подготовки является обучение передачам мяча, которые объединяют индивидуальные действия в коллективные. Для эффективного обучения тактическим действиям рекомендуется начинать с простых элементов в малых группах, постепенно усложняя условия и увеличивая количество участвующих игроков. Важно уделять внимание как атакующим, так и оборонительным действиям, обеспечивая их параллельное освоение. При этом необходимо использовать специальные игровые упражнения, которые помогают совершенствовать взаимодействие между игроками и развивать навыки своевременной подстраховки партнеров [3].

В современном футболе особое внимание уделяется технической и тактической подготовке юных спортсменов. Интересное исследование в этой области провели В.Н. Пушкина, И.В. Мартыненко, М.В. Зайнетдинов и С.С. Субботин, изучая влияние скорости сенсомоторной реакции на освоение технико-тактических действий у футболистов 7-8 лет. Их эксперимент показал, что дети с высоким уровнем зрительно-моторной реакции демонстрируют более эффективное освоение технических элементов игры. Данное исследование подчеркивает важность учета индивидуальных психофизических особенностей юных спортсменов при построении тренировочного процесса. Это позволяет не только повысить качество спортивной подготовки, но и помогает определить будущее игровое амплуа футболиста [7].

В современном футболе техническая и тактическая подготовка юных спортсменов требует особого внимания и научного подхода. П.В. Крыжевских в своих исследованиях убедительно доказал эффективность экспериментальной методики подготовки футболистов 7-8 лет. Его работа показала значительное улучшение показателей технической подготовленности по всем ключевым параметрам, включая ведение мяча, дриблинг и удары по мячу. Важный аспект тактической подготовки раскрыли А.М. Голубков, И.И. Завершинская и Е.И. Каверин, подчеркнув необходимость комплексного подхода к обучению защитным действиям. Их исследования показали, что эффективная оборона строится на принципе универсализма игроков, где каждый член команды, включая нападающих, должен владеть навыками защиты. Особое внимание они уделяют важности взаимодействия между игроками, в частности, роли голкипера в организации оборонительных действий [1, 4].

С.В. Морозов и Е.Н. Филиппова в своих научных работах акцентируют внимание на том, что фундамент технического мастерства закладывается именно на начальных этапах подготовки. Они отмечают, что успешность юного футболиста определяется не только количеством освоенных технических приемов, но и способностью эффективно применять их в игровых ситуациях. Исследования показывают, что для возрастной категории 7-9 лет особенно важна правильная последовательность обучения техническим элементам. На этом этапе формируются базовые двигательные навыки, которые впоследствии определяют уровень спортивного мастерства футболиста. Примечательно, что юные спортсмены, получившие качественную техническую подготовку в раннем возрасте, демонстрируют более высокие результаты в старших возрастных категориях. Особое зна-

чение имеет сочетание технической и тактической подготовки. Практика показывает, что даже хорошо освоенные технические элементы не принесут желаемого результата без понимания их тактического применения. Например, навык точной передачи мяча должен сопровождаться пониманием того, когда и кому эту передачу выполнять в зависимости от игровой ситуации [6].

В процессе обучения важно учитывать индивидуальные особенности юных футболистов, их физическую подготовленность и психологические характеристики. Это позволяет создать оптимальные условия для развития технико-тактических навыков каждого спортсмена и заложить прочную основу для дальнейшего спортивного совершенствования.

Материалы и методы исследований

На протяжении учебного года было проведено масштабное исследование эффективности новых методик подготовки начинающих футболистов. Базой для научной работы стала спортивная школа "Олимпиец", где на регулярной основе проходят занятия с детьми младшего школьного возраста. В исследовании приняли участие 45 юных футболистов в возрасте 7-9 лет, занимающихся футболом первый-второй год. В качестве участников были отобраны юные спортсмены, только начинающие свой путь в футболе. Все они успешно прошли необходимые медицинские обследования, подтвердившие отсутствие противопоказаний к спортивным нагрузкам. Особенностью исследования стало разделение воспитанников на две равные группы для сравнительного анализа различных подходов к тренировочному процессу.

Исследование включало три последовательных этапа. На констатирующем этапе проводилась первичная диагностика уровня технической и тактической подготовленности спортсменов. Участники были разделены на контрольную и экспериментальную группы по 20 человек в каждой. Группы формировались с учетом исходного уровня подготовленности таким образом, чтобы средние показатели в обеих группах были статистически однородны. Оценка технической подготовленности осуществлялась с помощью специализированных тестов: ведение мяча на дистанцию 30 метров, удары по воротам на точность с 11 метров, жонглирование мячом, передача мяча в цель с расстояния 8 метров. Тактическая подготовленность оценивалась посредством экспертной оценки действий игроков в условиях малых игр и игровых упражнений.

На формирующем этапе одна группа занималась по классической программе, в то время как вторая осваивала новый комплексный подход к

обучению. Основной этап работы продолжался в течение шести месяцев, во время которых дети тренировались трижды в неделю. Продолжительность каждого занятия составляла полтора часа. Отличительной чертой эксперимента стало внедрение инновационной методики, сочетающей в себе элементы технического мастерства и тактического мышления.

Экспериментальная методика включала комплекс специально подобранных упражнений, направленных на одновременное развитие технических навыков и тактического мышления. Особое внимание уделялось игровым формам обучения с использованием ситуационных задач. Тренировочные занятия строились по принципу постепенного усложнения заданий и увеличения игровой интенсивности.

На контрольном этапе (май 2023) было проведено повторное тестирование всех участников исследования по тем же параметрам, что и на констатирующем этапе. Дополнительно оценивалась эффективность технико-тактических действий в условиях соревновательной деятельности посредством педагогического наблюдения и видеоанализа игр.

В процессе исследования учитывались такие факторы, как посещаемость тренировок, состояние здоровья спортсменов, погодные условия при проведении занятий на открытом воздухе, психологическое состояние детей. Все тестирования проводились в стандартных условиях в первой половине дня после полноценной разминки.

Научная новизна исследования заключается в разработке и экспериментальном обосновании методики интегрированной технико-тактической подготовки юных футболистов 7-9 лет, учитывающей возрастные особенности и современные требования к подготовке спортивного резерва.

Результаты и обсуждения

Результаты констатирующего этапа исследования показали, что исходный уровень технической и тактической подготовленности юных футболистов в обеих группах находился на сходном уровне. При выполнении теста "Ведение мяча на дистанцию 30 метров" средний показатель в контрольной группе составил $8,2 \pm 0,3$ секунды, в экспериментальной – $8,3 \pm 0,3$ секунды. В teste "Удары по воротам на точность" участники обеих групп продемонстрировали результат около 40% успешных попыток.

В ходе формирующего этапа экспериментальная группа, занимающаяся по разработанной методике, продемонстрировала более интенсивную динамику развития технико-тактических навыков. Уже через три месяца занятий наблюдалось значи-

тельное улучшение показателей в упражнениях с мячом. Особенно заметный прогресс был отмечен в выполнении передач мяча в цель, где точность возросла на 28% по сравнению с начальным уровнем.

Контрольный этап исследования выявил существенные различия между группами. В экспериментальной группе время выполнения теста "Ведение мяча" улучшилось до $6,8 \pm 0,2$ секунды, тогда как в контрольной группе показатель составил $7,5 \pm 0,3$ секунды. Точность ударов по воротам в экспериментальной группе достигла 65%, что на 15% выше, чем в контрольной группе.

Анализ тактической подготовленности показал, что спортсмены экспериментальной группы стали эффективнее действовать в игровых ситуациях. Они демонстрировали более осмысленное позиционирование на поле, улучшенное понимание игровых моментов и более высокую скорость принятия решений. По результатам экспертной оценки, уровень тактического мышления в экспериментальной группе повысился на 43%, в то время как в контрольной группе этот показатель составил 25%.

Видеоанализ соревновательной деятельности подтвердил эффективность разработанной методики. Футболисты экспериментальной группы совершили меньше технических ошибок, более рационально использовали игровое пространство и демонстрировали более высокую результативность командных действий.

Полученные результаты позволяют утверждать, что комплексный подход к технической и тактической подготовке юных футболистов, реализованный в экспериментальной методике, способствует более эффективному формированию базовых игровых навыков и развитию тактического мышления у спортсменов 7-9 лет.

Выводы

Анализ данных наглядно продемонстрировал преимущества интегрированного подхода к тренировочному процессу над традиционными методами обучения. Особенно показательными оказались результаты специализированных тестов. Юные спортсмены, занимавшиеся по инновационной программе, продемонстрировали заметно более высокую скорость при работе с мячом. Их время прохождения контрольных упражнений оказалось существенно лучше, чем у сверстников, тренировавшихся по стандартной методике. Не менее впечатляющими стали показатели точности ударов по воротам. Воспитанники, освоившие новую программу подготовки, значительно превзошли своих товарищей в этом важнейшем элементе футбольного мастерства. Разница в результативности со-

ставила более десяти процентов, что является существенным прогрессом для начинающих спортсменов.

Время выполнения теста по ведению мяча улучшилось на 18%, а точность ударов по воротам повысилась на 25% по сравнению с контрольной группой. Комплексный подход к обучению, сочетающий техническую и тактическую подготовку, способствует более быстрому формированию игрового мышления у юных футболистов. Уровень тактического мышления в экспериментальной группе повысился на 43%, что значительно превышает показатели контрольной группы.

Использование игровых форм обучения с постепенным усложнением заданий позволяет эффективно развивать как индивидуальные технические навыки, так и командное взаимодействие. Это подтверждается результатами соревновательной деятельности, где спортсмены экспериментальной группы демонстрировали более высокую результативность.

При организации технической и тактической подготовки футболистов 7-9 лет рекомендуется:

1. Использовать комплексный подход, объединяющий техническую и тактическую подготовку в единый тренировочный процесс. Каждое упражнение должно содержать элементы обоих компонентов подготовки.

2. Применять принцип постепенного усложнения заданий, начиная с простых технических элементов и постепенно добавляя тактические задачи. Тренировочные занятия следует проводить в игровой форме с использованием различных ситуационных задач.

3. Уделять особое внимание развитию координационных способностей через специально подобранные упражнения с мячом. Рекомендуется использовать различные варианты ведения мяча, жонглирования и передач в движении.

4. Включать в тренировочный процесс упражнения на развитие периферического зрения и скорости принятия решений. Это могут быть игровые задания с ограничением времени на принятие решения или с дополнительными тактическими условиями.

5. Проводить регулярный анализ игровых ситуаций с использованием видеоматериалов, что способствует развитию тактического мышления юных футболистов. После каждой игры необходимо разбирать ключевые моменты с участием всей команды.

6. Обеспечивать индивидуальный подход к каждому спортсмену, учитывая его физические возможности и уровень технической подготовленности. При необходимости следует корректировать нагрузку и сложность упражнений.

Список источников

1. Голубков А.М., Завершинская И.И., Каверин Е.И. Методические основы совершенствования технического мастерства юных футболистов // Актуальные вопросы физического и адаптивного физического воспитания в системе образования: Сборник материалов III Всероссийской научно-практической конференции, Волгоград, 15-16 апреля 2021 года. Т. 2. Волгоград: Волгоградская государственная академия физической культуры, 2021. С. 144 – 147.
2. Жумадилханов А.А., Попов В.П., Маженов С.Т. Физическая подготовка детей 7-10 лет на начальном этапе занятий футболом // Педагогика: история, перспективы. 2022. Т. 5. № 4. С. 49 – 59.
3. Канурный А.Ю., Лебединская И.Г., Хало П.В. Особенности модельной характеристики технической и тактической подготовки юных футболистов // Современные проблемы профессионального образования: тенденции и перспективы развития: Сборник научных статей III Всероссийской научно-практической конференции, посвященной 100-летию Г.Н. Филонова, Калуга, 11 ноября 2022 года. Калуга: Калужский государственный университет им. К.Э. Циолковского, 2022. С. 56 – 61.
4. Крыжевских П.В. Повышение технической подготовленности юных футболистов 7-8 лет на этапе начальной подготовки с использованием специальных тренажеров // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгата. 2021. № 10 (200). С. 200 – 207.
5. Леонтьева М.С., Пушкина В.Н., Ткаченко Н.Л., Шигидин А.А. Организационно-методические условия технической подготовки футболистов 7-8 лет на этапе начальной специализации // Современные тенденции, проблемы и пути развития физической культуры, спорта, туризма и гостеприимства : Сборник материалов XVI Международной научно-практической конференции, Москва, 17 ноября 2022 года. Москва: Московский государственный университет спорта и туризма, 2022. С. 93 – 99.
6. Морозов С.В., Филиппова Е.Н. Методика тренировочных занятий для обучения техническим приемам и действиям юных футболистов 8-9 лет // Science Time. 2015. № 5 (17).

7. Пушкина В.Н., Мартыненко И.В., Зайнетдинов М.В., Субботин С.С. Формирование технических навыков у юных футболистов на этапе начальной подготовки // Современные тенденции, проблемы и пути развития физической культуры, спорта, туризма и гостеприимства : Сборник материалов XVI Международной научно-практической конференции, Москва, 17 ноября 2022 года. Москва: Московский государственный университет спорта и туризма, 2022. С. 76 – 82.

8. Рогожкин О.А., Алябьева А.М. Техническая подготовка футболистов 7-8 лет на этапе начальной подготовки // Современные аспекты и перспективы развития в сфере физической культуры и спорта: Сборник материалов Региональной научно-практической конференции, Рязань, 27-28 апреля 2023 года / Под ред. С.Б. Петрыгина. Рязань: Рязанский государственный университет имени С.А. Есенина, 2023. С. 99 – 102.

9. Тохтаров А.М. Техническая и тактическая подготовка юных футболистов // Современные проблемы образования в области физической культуры, безопасности жизнедеятельности и биологии: Материалы II Международной научной конференции, Екатеринбург, 14-15 марта 2022 года. Екатеринбург: Уральский государственный педагогический университет, 2022. С. 120 – 124.

10. Швальева Т.А., Кузнецова Ж.В., Ермокин А.В. Технико-тактическая подготовка юных футболистов на основе игровых заданий // Мир науки, культуры, образования. 2020. № 2 (81). С. 105 – 108.

References

1. Golubkov A.M., Zavershinskaya I.I., Kaverin E.I. Methodological foundations for improving the technical skills of young football players. Current issues of physical and adaptive physical education in the education system: Collection of materials of the III All-Russian scientific and practical conference, Volgograd, April 15-16, 2021. Vol. 2. Volgograd: Volgograd State Academy of Physical Culture, 2021. P. 144 – 147.
2. Zhmadilkhonov A.A., Popov V.P., Mazhenov S.T. Physical training of children aged 7-10 years at the initial stage of football lessons. Pedagogy: history, prospects. 2022. Vol. 5. No. 4. P. 49 – 59.
3. Kanurny A.Yu., Lebedinskaya I.G., Khalo P.V. Features of the model characteristics of technical and tactical training of young football players. Modern problems of professional education: trends and development prospects: Collection of scientific articles of the III All-Russian scientific and practical conference dedicated to the 100th anniversary of G.N. Filonov, Kaluga, November 11, 2022. Kaluga: Kaluga State University named after K.E. Tsiolkovsky, 2022. P. 56 – 61.
4. Kryzhevskikh P.V. Improving the technical fitness of young football players 7-8 years old at the initial training stage using special simulators. Scientific notes of P.F. Lesgaft University. 2021. No. 10 (200). P. 200 – 207.
5. Leontyeva M.S., Pushkina V.N., Tkachenko N.L., Shigidin A.A. Organizational and methodological conditions for the technical training of 7-8 year old football players at the stage of initial specialization. Modern trends, problems and ways of development of physical culture, sports, tourism and hospitality: Collection of materials of the XVI International scientific and practical conference, Moscow, November 17, 2022. Moscow: Moscow State University of Sports and Tourism, 2022. P. 93 – 99.
6. Morozov S.V., Filippova E.N. Methodology of training sessions for teaching technical techniques and actions to young football players aged 8-9 years. Science Time. 2015. No. 5 (17).
7. Pushkina V.N., Martynenko I.V., Zainetdinov M.V., Subbotin S.S. Formation of technical skills in young football players at the initial training stage. Current trends, problems and ways of development of physical education, sports, tourism and hospitality: Collection of materials of the XVI International scientific and practical conference, Moscow, November 17, 2022. Moscow: Moscow State University of Sport and Tourism, 2022. P. 76 – 82.
8. Rogozhkin O.A., Alyabyeva A.M. Technical training of football players aged 7-8 years at the initial training stage. Current aspects and development prospects in the field of physical education and sports: Collection of materials of the Regional scientific and practical conference, Ryazan, April 27-28, 2023. Ed. by S.B. Petrygin. Ryazan: Ryazan State University named after S.A. Yesenin, 2023. P. 99 – 102.
9. Tokhtarov A.M. Technical and tactical training of young football players. Modern problems of education in the field of physical education, life safety and biology: Proceedings of the II International Scientific Conference, Yekaterinburg, March 14-15, 2022. Yekaterinburg: Ural State Pedagogical University, 2022. P. 120 – 124.
10. Shvaleva T.A., Kuznetsova Zh.V., Ermokhin A.V. Technical and tactical training of young football players based on game tasks. World of science, culture, education. 2020. No. 2 (81). P. 105 – 108.

Информация об авторах

Шевцов Я.К., аспирант, Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева,
yanshevtsov2000@gmail.com

Сидоров Л.К., доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой теоретических основ физического воспитания, Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева, si-dorovk@kspu.ru

© Шевцов Я.К., Сидоров Л.К., 2025