

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ

Кафедра спортивных дисциплин

**«РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ЮНЫХ
ФУТБОЛИСТОВ СРЕДСТВАМИ ИГРОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ»**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студента 4 курса 402 группы
направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование
профиль «Физическая культура»

Факультета физической культуры и спорта

Фомина Дмитрия Дмитриевича

Научный руководитель

старший преподаватель _____ И.А. Суменков
подпись, дата

Заведующий кафедрой

к. пед. н., доцент _____ В.Н. Мишагин

подпись, дата

Саратов 2026

Педагогическое исследование развития координационных способностей футболистов 9-11 лет

Методы исследования

Для решения поставленных задач и достижения цели исследования были использованы следующие методы исследования: анализ научно-методической литературы, педагогическое наблюдение, тестирование, педагогический эксперимент и методы математической обработки данных.

Анализ научно-методической литературы был проведен с целью изучения современного состояния проблемы развития координационных способностей у юных футболистов. В ходе исследования были рассмотрены научные труды отечественных и зарубежных специалистов в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки и футбола.

Изучение литературных источников позволило определить сущность координационных способностей, выявить возрастные особенности их развития у детей, занимающихся футболом, а также рассмотреть наиболее эффективные средства и методы совершенствования координационной подготовленности спортсменов. Особое внимание уделялось исследованиям, связанным с использованием игровых упражнений в тренировочном процессе юных футболистов.

Анализ литературных данных способствовал формированию теоретической базы исследования, уточнению цели, задач и гипотезы работы, а также разработке комплекса игровых упражнений, направленных на совершенствование координационных способностей.

Педагогическое наблюдение применялось для изучения особенностей тренировочного процесса юных футболистов, уровня их двигательной активности и проявления координационных способностей в ходе выполнения упражнений и игровых заданий.

Наблюдение проводилось непосредственно во время учебно-тренировочных занятий. В процессе исследования фиксировались особенности выполнения двигательных действий, точность движений, быстрота реакции, способность к изменению направления движения, устойчивость равновесия, а также уровень заинтересованности детей в выполнении игровых упражнений.

Данный метод позволил определить характерные трудности, возникающие у юных футболистов при выполнении координационно сложных упражнений, а также оценить влияние игровых методов на активность и эмоциональное состояние занимающихся. Полученные результаты использовались при разработке комплекса упражнений и анализе эффективности тренировочного процесса.

Метод тестирования применялся для определения уровня развития координационных способностей юных футболистов до и после проведения педагогического эксперимента. Тестирование проводилось в одинаковых

условиях для всех участников исследования, что обеспечивало объективность полученных результатов.

Для оценки уровня координационной подготовленности использовались следующие контрольные упражнения:

Ведение мяча по прямой с обводкой стоек (сек);

Определение уровня развития координационных способностей, а также оценка техники ведения мяча и способности контролировать мяч в условиях изменения направления движения.

Методика проведения: на площадке устанавливаются 5–6 стоек на расстоянии 1–1,5 метра друг от друга по прямой линии. Общая длина дистанции составляет 10–15 метров. Испытуемый занимает исходное положение у стартовой линии с мячом. По команде «Марш!» он начинает ведение мяча вперед, последовательно обводя стойки, стараясь выполнять упражнение максимально быстро и при этом сохранять контроль над мячом. После прохождения последней стойки участник ускоряется и пересекает финишную линию. Время выполнения задания фиксируется с момента старта до пересечения финишной линии. В случае потери мяча или касания стойки участник продолжает выполнение упражнения без остановки. Каждому испытуемому предоставляется одна пробная и две зачетные попытки. В протокол заносится лучший результат в секундах.

Передачи мяча в цель (кол-во попаданий);

Определение точности движений, пространственной ориентировки и координации «глаз–нога».

Методика проведения: на площадке обозначается цель (например, ворота шириной 1–1,5 метра или квадрат размером 1×1 м). Расстояние до цели составляет 8–10 метров. Испытуемый выполняет серию передач мяча в цель внутренней стороной стопы. Каждому участнику предоставляется 10 попыток. Передачи выполняются поочередно, без спешки, но с сохранением правильной техники. Результат определяется по количеству точных попаданий из 10 попыток.

Жонглирование мячом (кол-во раз).

Определение уровня развития координационных способностей, чувства мяча и способности к контролю движений.

Методика проведения: испытуемый занимает исходное положение с мячом в руках. По команде он подбрасывает мяч и начинает выполнять жонглирование, используя стопы (допускается использование бедра на начальном этапе подготовки). Задача участника - выполнить максимальное количество касаний мяча, не давая ему упасть на землю. Тест прекращается в момент касания мяча поверхности площадки или при явной потере контроля над мячом. Каждому испытуемому предоставляется две попытки. В протокол заносится лучший результат. Результат определяется по количеству непрерывных касаний мяча.

Результаты тестирования фиксировались в специальных протоколах и использовались для дальнейшего анализа эффективности разработанной методики.

Педагогический эксперимент являлся основным методом исследования и проводился с целью проверки эффективности разработанного комплекса игровых упражнений, направленных на совершенствование координационных способностей юных футболистов.

В эксперименте принимали участие дети, занимающиеся футболом на этапе начальной подготовки. Исследование проводилось в течение определенного периода времени в условиях учебно-тренировочного процесса. Для проведения эксперимента были сформированы контрольная и экспериментальная группы.

До начала и после завершения педагогического эксперимента проводилось контрольное тестирование уровня координационной подготовленности спортсменов. Сравнение полученных результатов позволило определить эффективность использования игровых упражнений в тренировочном процессе юных футболистов.

Для обработки результатов исследования использовались методы математической статистики. Полученные в ходе тестирования данные были подвергнуты количественному анализу с целью определения достоверности изменений показателей координационных способностей у участников исследования.

В процессе обработки результатов вычислялись средние арифметические значения показателей, определялись процентные изменения результатов до и после педагогического эксперимента, а также проводилось сравнение показателей контрольной и экспериментальной групп.

Использование методов математической обработки данных позволило объективно оценить эффективность разработанного комплекса игровых упражнений и подтвердить достоверность полученных результатов исследования.

Организация исследования

Исследование было организовано на базе МАУ ДО «СШОР №14 «Волга», г. Саратова, пр-кт Энтузиастов, д.5 в период с октября 2025г. по апрель 2026г. В исследовании принимали участие мальчики футболисты 9-11 лет, находящиеся на этапе начальной подготовки. В состав выборки входили группы, равные по численности и приблизительно одинаковые по уровню физической и технической подготовленности.

Тренировочные занятия в контрольной группе проводились по традиционной методике, предусмотренной программой спортивной подготовки. В экспериментальной группе дополнительно использовался разработанный комплекс игровых упражнений, направленных на развитие

координационных способностей. Игровые упражнения включались в основную часть тренировочного занятия и выполнялись систематически в течение всего периода эксперимента.

Исследование проводилось в несколько этапов, каждый из которых имел свои цели и задачи.

Первый этап. На данном этапе осуществлялся подбор и изучение научно-методической литературы по проблеме развития координационных способностей у детей, занимающихся футболом. Был проведен анализ учебных пособий, научных статей, методических рекомендаций и программ спортивной подготовки. На основе изученных источников определялись актуальность темы, объект, предмет, цель, задачи и гипотеза исследования.

Также на подготовительном этапе подбирались контрольные тесты, позволяющие объективно оценить уровень координационных способностей юных футболистов. При выборе тестов учитывались возрастные особенности детей, специфика футбольной деятельности, доступность оборудования и возможность проведения измерений в условиях тренировочного процесса.

Кроме того, на этом этапе разрабатывался комплекс игровых упражнений, направленных на совершенствование координационных способностей, определялись место и объем их включения в тренировочные занятия.

Второй этап. На констатирующем этапе проводилось исходное тестирование уровня координационных способностей юных футболистов. Целью данного этапа было выявление первоначального уровня подготовленности участников эксперимента до начала применения разработанного комплекса игровых упражнений.

Тестирование проводилось в одинаковых условиях для всех участников исследования. Перед началом испытаний дети выполняли стандартную разминку продолжительностью 10–15 минут. Все результаты заносились в протокол, после чего проводился сравнительный анализ исходных показателей контрольной и экспериментальной групп.

Третий этап. На формирующем этапе осуществлялось основное педагогическое воздействие. В тренировочный процесс экспериментальной группы был включен специально разработанный комплекс игровых упражнений, направленных на развитие координационных способностей. Игровые упражнения использовались систематически на протяжении всего периода эксперимента и включались преимущественно в основную часть тренировочного занятия.

Продолжительность педагогического эксперимента составила 6 месяцев. Занятия проводились 3 раза в неделю. Комплекс игровых упражнений подбирался таким образом, чтобы обеспечить постепенное усложнение двигательных заданий, поддерживать интерес детей к занятиям и одновременно развивать такие качества, как ловкость, быстрота реакции, точность движений, равновесие, ориентировка в пространстве и согласованность действий.

В контрольной группе тренировочный процесс осуществлялся по традиционной программе без целенаправленного использования предложенного комплекса игровых упражнений. Это позволило в дальнейшем сравнить результаты обеих групп и определить эффективность экспериментальной методики.

Четвертый этап. На контрольном этапе проводилось повторное тестирование участников исследования по тем же контрольным упражнениям, что и на констатирующем этапе. Полученные результаты сравнивались с исходными показателями, а также между контрольной и экспериментальной группами.

Анализ динамики результатов позволил определить, насколько эффективно использование игровых влияет на развитие координационных способностей юных футболистов. Особое внимание уделялось изменениям в тех тестах, которые наиболее точно отражают специфику футбольной координации: ведение мяча, передачи в цель и жонглирование мячом.

Характеристика комплекса игровых упражнений

Разработанный комплекс игровых упражнений был направлен на совершенствование координационных способностей юных футболистов и включался в тренировочный процесс в качестве специального средства, сочетающего двигательную активность, эмоциональную вовлеченность и техническую направленность. Комплекс строился с учетом возрастных особенностей детей, уровня их физической и технической подготовленности, а также специфики футбольной деятельности. Основное внимание уделялось развитию таких компонентов координации, как ловкость, быстрота реакции, пространственная ориентировка, равновесие, точность движений, согласованность действий и умение быстро перестраивать двигательные действия в изменяющихся условиях.

Особенностью комплекса являлось то, что все упражнения выполнялись в игровой форме. Это позволяло не только развивать координационные способности, но и поддерживать устойчивый интерес детей к занятиям, снижать монотонность тренировочного процесса и повышать мотивацию к выполнению двигательных заданий. Игровой характер упражнений обеспечивал естественное включение соревновательного элемента, что особенно важно в работе с юными футболистами.

Комплекс игровых упражнений включал три основных блока:

- Игры и упражнения без мяча
- Игровые задания с мячом
- Ситуационные мини-игры (упрощенный футбол)

Комплекс включал как упражнения с мячом, так и задания без мяча. При этом основная часть упражнений была тесно связана с футбольной техникой: ведением, передачей, остановкой и контролем мяча, быстрым изменением направления движения, выполнением действий в ограниченном пространстве.

Это делало комплекс не только средством развития координации, но и способом совершенствования технической подготовленности спортсменов.

Целью комплекса являлось целенаправленное развитие координационных способностей юных футболистов средствами игровых упражнений с постепенным усложнением двигательных заданий и увеличением точности выполнения технических элементов.

Задачи комплекса:

- Развивать общую и специальную координацию движений.
- Совершенствовать навыки владения мячом в нестандартных игровых условиях.
- Формировать умение быстро ориентироваться в пространстве.
- Развивать реакцию на сигнал, скорость переключения движений и равновесие.
- Повышать интерес детей к тренировочному процессу через использование игровых форм.

Комплекс был составлен на основе следующих методических принципов:

1. Принцип доступности. Все упражнения соответствовали возрасту детей и их уровню подготовленности.

2. Принцип постепенного усложнения. От простых игровых заданий переходили к более сложным упражнениям с мячом, изменением направления движения и дефицитом времени.

3. Принцип повторности. Для закрепления двигательных навыков каждое упражнение выполнялось несколько раз.

4. Принцип вариативности. Игровые задания изменялись по условиям, темпу, способу выполнения и числу участников.

5. Принцип эмоциональной насыщенности. Упражнения включали элемент соревнования, что повышало активность детей.

6. Принцип футбольной направленности. Все задания имели прикладной характер и были связаны с игровыми действиями футболиста.

Игровые упражнения, использованные в комплексе:

1. Игры и упражнения без мяча

1. «Салки»

Методика выполнения: игра проводится на ограниченной площадке (15×20 м). Выбирается один водящий, задача которого — осалить других игроков касанием рукой. Остальные участники свободно перемещаются по площадке, используя бег, ускорения и изменения направления движения.

Правила:

- игрок считается осаленным при касании любой частью тела;
- осаленный становится водящим (или выбывает — по варианту);
- запрещается выходить за пределы площадки;
- запрещены силовые столкновения.

2. «Салки с изменением направления»

Методика: игроки перемещаются по площадке в свободном темпе. По сигналу тренера все участники обязаны резко изменить направление движения.

Правила:

- смена направления выполняется только по сигналу;
- водящий не имеет права «ждать» в одном месте;
- запрещены остановки более 2–3 секунд;
- касание водящего меняет роль игрока.

3. «Зеркало»

Методика: игроки работают в парах. Один выполняет произвольные движения (бег, приставные шаги, повороты), второй полностью повторяет его действия.

Правила:

- движения выполняются синхронно;
- нельзя отставать более чем на 1–2 секунды;
- запрещены заранее заученные комбинации (лидер должен импровизировать);
- смена ролей через 30–60 секунд.

4. «Сигнальная реакция»

Методика: игроки свободно перемещаются по площадке. Тренер подает сигналы (свисток, хлопок, голосовая команда), на которые дети выполняют заранее заданные действия.

Правила:

- каждому сигналу соответствует определенное действие;
- реакция должна быть мгновенной;
- запрещено игнорировать сигнал;
- выполнение действия обязательно всеми участниками.

5. «Быстрый старт»

Методика: игроки занимают различные исходные положения (стоя, сидя, лежа, спиной). По сигналу выполняется максимально быстрый старт на 5–10 метров.

Правила:

- старт только по сигналу;
- фальстарт не засчитывается;
- каждое повторение выполняется с полной остановкой перед новым стартом.

6. «Перестроение»

Методика: игроки свободно перемещаются. По команде тренера быстро занимают обозначенные зоны или фигуры (круг, квадрат, линии).

Правила:

- движение начинается только по сигналу;
- каждая зона может быть занята ограниченным числом игроков;
- запрещено сталкиваться при перестроении.

7. «Эстафета без мяча»

Методика: команды выполняют беговые задания с изменением направления, прыжками и ускорениями.

Правила:

- следующий участник стартует после касания партнера;
- выполнение задания обязательно по маршруту;
- победа определяется по времени.

8. «Прыжки по сигналу»

Методика: игроки выполняют прыжки вперед, назад или в стороны по команде тренера.

Правила:

- направление задается только тренером;
- приземление должно быть устойчивым;
- запрещено начинать движение до сигнала.

9. «Ловля тени»

Методика: один игрок убегает, второй пытается повторить его траекторию и догнать.

Правила:

- догоняющий должен точно повторять направление движения;
- смена ролей после касания или 1–2 минут;
- запрещены резкие толчки.

10. «Остановка и ускорение»

Методика: игроки выполняют бег по площадке. По сигналу выполняют резкую остановку или ускорение.

Правила:

- реакция строго по сигналу;
- остановка должна быть полной;
- запрещено движение после сигнала «стоп».

2. Игровые упражнения с мячом

1. Ведение мяча по прямой

Методика: игрок ведет мяч по прямой линии на скорости, сохраняя контроль.

Правила:

- мяч не должен удаляться более чем на 1–2 м;
- запрещено касание мяча руками;
- фиксируется время прохождения.

2. Ведение «змейкой»

Методика: игрок обводит стойки, расположенные на одной линии, ведя мяч попеременно правой и левой ногой.

Правила:

- пропуск стойки считается ошибкой;
- при потере мяча игрок продолжает с места потери;
- фиксируется общее время.

3. Ведение в коридоре

Методика: игрок ведет мяч в узком пространстве, контролируя его в пределах коридора.

Правила:

- выход мяча за границы фиксируется как ошибка;
- допускается возврат в коридор;
- ведение выполняется обеими ногами.

4. Ведение с изменением задания

Методика: игроки ведут мяч, тренер подает команды на изменение действия (разворот, ускорение, остановка).

Правила:

- реакция только по сигналу;
- ошибка — неправильное выполнение команды;
- запрещено игнорировать сигнал.

5. Передачи в парах в движении

Методика: игроки перемещаются по площадке и выполняют передачи друг другу на ходу.

Правила:

- передачи только ногой;
- нельзя останавливаться при передаче;
- мяч должен быть под контролем.

6. Передачи в цель

Методика: игрок выполняет передачи в обозначенную мишень с заданного расстояния.

Правила:

- засчитываются только точные попадания;
- выполнение без заступа за линию;
- фиксируется количество точных ударов.

7. Жонглирование мячом

Методика: игрок выполняет непрерывные удары по мячу, не давая ему упасть.

Правила:

- касание земли завершает попытку;
- разрешены ноги и бедро (по уровню подготовки);
- фиксируется количество ударов.

8. Остановка мяча + разворот

Методика: игрок принимает мяч, выполняет остановку и быстрый разворот с последующим движением.

Правила:

- остановка должна быть контролируемой;
- разворот выполняется в заданную сторону;
- ошибка — потеря контроля мяча.

9. Удар после ведения

Методика: игрок ведет мяч, обходит фишки и выполняет удар по воротам.

Правила:

- удар выполняется только после прохождения маршрута;
- засчитывается точность попадания;
- запрещено сокращать маршрут.

10. Передай и выйди на место

Методика: игрок выполняет передачу и перемещается в свободную зону.

Правила:

- обязательная смена позиции;
- задержка на месте более 2 сек запрещена;
- игра идет в непрерывном темпе.

. Ситуационные игровые упражнения

1. 3×3 на ограниченной площадке

Методика: мини-игра с малым количеством игроков, направленная на постоянное участие в игровых действиях.

Правила:

- ограничение касаний (2–3);
- игра в одно касание допускается по усложнению;
- гол засчитывается по стандартным правилам.

2. 4×4 с ограничением касаний

Методика: командная игра с заданным количеством касаний.

Правила:

- не более 3 касаний;
- нарушение — потеря мяча;
- обязательное участие всех игроков.

3. Игра с обязательной передачей

Методика: гол засчитывается только после передачи минимум двум игрокам.

Правила:

- индивидуальные проходы не засчитываются;
- обязательное взаимодействие в команде;
- соблюдение правил футбола.

4. «Забей после задания»

Методика: игрок выполняет двигательную задачу (обводка, ускорение), затем завершает атаку ударом.

Правила:

- выполнение задания обязательно;
- удар только после его завершения;
- засчитывается точность удара.

5. Игра в узких зонах

Методика: игра проходит в ограниченном пространстве для повышения плотности действий.

Правила:

- выход за зону запрещен;
- игра в постоянном движении;
- акцент на быстром принятии решений.

6. Атака по сигналу

Методика: тренер подает сигнал, после которого команда начинает атаку.

Правила:

- до сигнала движение ограничено;
- атака начинается только по команде;
- соблюдение структуры игры.

7. Контратака 2×1

Методика: два атакующих против одного защитника.

Правила:

- атака начинается из заданной позиции;
- защитник не может покидать зону;
- цель - завершить атаку ударом.

8. Мини-футбол с заданиями

Методика: игра с дополнительными условиями (пас только в движении, гол после комбинации).

Правила:

- соблюдение задания обязательно;
- нарушение — потеря мяча;
- активное участие всех игроков.

9. «Держи мяч»

Методика: команда удерживает мяч в условиях давления соперника.

Правила:

- цель — максимальное время владения;
- запрещены грубые действия;
- потеря мяча меняет владение.

10. Смена ролей

Методика: по сигналу тренера команды или игроки меняют роли (атака/защита).

Правила:

- смена только по сигналу;
- мгновенное перестроение;
- нарушение - штрафное задание.

Комплекс игровых упражнений применялся в основной части тренировочного занятия 2–3 раза в неделю. Продолжительность блока игровых упражнений составляла в среднем 15–20 минут. При этом нагрузка распределялась следующим образом:

азминка с элементами игры — 5–7 минут;

сновная часть комплекса — 10–15 минут;

акключительные игровые задания при необходимости — 3–5 минут.

Каждое занятие включало 2–4 упражнения из комплекса. Их подбор зависел от цели урока, состояния детей и этапа эксперимента. На первых занятиях использовались более простые упражнения, а по мере адаптации участников постепенно увеличивалась сложность заданий, скорость выполнения и требования к точности движений.

Анализ результатов исследования

Анализ эффективности разработанного комплекса игровых упражнений проводился на основе сравнения результатов тестирования координационных способностей юных футболистов до и после педагогического эксперимента в контрольной и экспериментальной группах.

Анализ результатов педагогического эксперимента проводился на основе сравнения показателей контрольной и экспериментальной групп до и после внедрения разработанного комплекса игровых упражнений, направленного на совершенствование координационных способностей юных футболистов.

Полученные данные свидетельствуют о положительной динамике результатов во всех исследуемых тестах как в контрольной, так и в экспериментальной группах. Однако выраженность изменений существенно различается, что позволяет судить об эффективности применяемой методики.

Ведение мяча по прямой с обводкой стоек

На констатирующем этапе исследования различия между контрольной (18,6 сек) и экспериментальной (18,4 сек) группами были незначительными, что свидетельствует об их однородности и сопоставимом уровне координационной подготовленности.

После завершения педагогического эксперимента в контрольной группе отмечено незначительное улучшение результата (17,9 сек), что составляет прирост около 3,8%. Данное изменение можно объяснить естественной адаптацией организма к систематическим тренировочным нагрузкам и совершенствованием технических навыков в процессе стандартной учебно-тренировочной деятельности.

В экспериментальной группе зафиксировано более выраженное улучшение показателя - до 16,2 сек, что соответствует приросту около 12%. Это свидетельствует о существенном повышении уровня координации движений, улучшении способности к быстрому изменению направления движения и более эффективному контролю мяча при выполнении технического действия в условиях ограниченного времени.

Таким образом, можно отметить, что использование игровых упражнений оказывает более значительное влияние на развитие динамической координации и техники ведения мяча по сравнению с традиционной методикой.

2. Передачи мяча в цель

Исходные показатели контрольной (4,8 попаданий) и экспериментальной (4,7 попаданий) групп свидетельствуют о примерно одинаковом уровне точности выполнения технических действий до начала эксперимента.

После проведения педагогического эксперимента в контрольной группе наблюдается умеренное улучшение результата до 5,3 попаданий из 10 попыток ($\approx 10,4\%$). Это изменение является незначительным и отражает общий тренировочный эффект традиционной методики подготовки.

В экспериментальной группе выявлено существенное увеличение количества точных передач - до 7,1 попаданий, что соответствует приросту более 50%. Данное улучшение свидетельствует о значительном развитии координации «глаз–нога», способности дозировать мышечные усилия, а также улучшении пространственной ориентировки при выполнении технических действий.

Полученные результаты позволяют утверждать, что игровые упражнения способствуют более эффективному формированию точностных характеристик двигательных действий по сравнению с традиционным подходом к тренировке.

3. Жонглирование мячом

На начальном этапе исследования показатели жонглирования в контрольной (7,5 касаний) и экспериментальной (7,3 касаний) группах были практически идентичными, что подтверждает сопоставимость исходного уровня координационной подготовленности.

В контрольной группе после эксперимента наблюдается увеличение результата до 9,1 касаний (2,8%). Такое улучшение связано с естественным развитием двигательных навыков и регулярной практикой работы с мячом в рамках стандартного тренировочного процесса.

В экспериментальной группе зафиксирован значительно более высокий прирост - до 14,6 касаний (15,9%). Данный результат свидетельствует о существенном улучшении чувства мяча, развитии мелкой моторики нижних конечностей, а также повышении уровня концентрации внимания и устойчивости двигательного контроля.

Следует отметить, что именно в данном тесте влияние разработанного комплекса игровых упражнений проявилось наиболее ярко, что объясняется высокой специфичностью упражнений, направленных на развитие координации в условиях работы с мячом.

Обобщая полученные данные, необходимо отметить, что в обеих группах наблюдается положительная динамика результатов, однако темпы улучшения существенно различаются.

В контрольной группе изменения носят преимущественно умеренный характер и обусловлены естественным процессом совершенствования технической и физической подготовленности в ходе регулярных тренировок.

В экспериментальной группе наблюдаются значительно более выраженные положительные изменения по всем исследуемым показателям.

Наибольший прирост зафиксирован в тестах, связанных с работой с мячом, что свидетельствует о высокой эффективности разработанного комплекса игровых упражнений в развитии именно специальных координационных способностей.

Таким образом, проведенный педагогический эксперимент показал, что внедрение разработанного комплекса игровых упражнений в тренировочный процесс юных футболистов способствует более эффективному развитию координационных способностей по сравнению с традиционной методикой подготовки.

Полученные результаты подтверждают гипотезу исследования о том, что систематическое использование игровых упражнений оказывает положительное влияние на уровень координационной подготовленности, особенно в упражнениях, связанных с техническими действиями с мячом.

Заключение

результате анализа установлено, что координационные способности являются одним из ключевых компонентов двигательной подготовленности футболистов и обеспечивают успешное выполнение технических действий в условиях игровой деятельности. Выявлено, что наиболее благоприятным периодом для их развития является этап начальной подготовки, а одним из наиболее эффективных средств являются игровые упражнения.

ходе исследования был создан комплекс, включающий упражнения без мяча, упражнения с мячом и ситуационные игровые задания. Разработанные средства отличаются игровой направленностью, вариативностью двигательных действий и постепенным усложнением заданий.

ходе педагогического эксперимента установлено, что применение игровых упражнений в тренировочном процессе экспериментальной группы привело к более выраженному улучшению показателей координационных способностей по сравнению с контрольной группой, что подтверждает эффективность разработанного комплекса игровых упражнений.