УДК: 796

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ЗНАЧИМОСТИ РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНО-КООРДИНАЦИОННЫХ КАЧЕСТВ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ

Уздинов Роберт Ильдарович
Аспирант 3 года обучения
Ульяновский государственный университет
Ульяновск, Россия
ORCID ID: 0009-0005-8668-7126
SPIN-код: 4137-2315, **AuthorID:** 1302965
E-mail: olimpicru@rambler.ru

Аннотация. Современные тенденции мирового футбола смещаются в сторону возрастающей роли скоростных качеств, тактической дисциплины и высокого прессинга. Однако российский футбол переживает кризис, особенно заметный в падении результативности игроков. Корень проблемы кроется в недостаточном качестве базовой подготовки молодых спортсменов. Аналитики футбольной индустрии отмечают существенный разрыв в технических навыках между российскими футболистами и их зарубежными коллегами, что напрямую связано с несовершенством системы обучения на ранних стадиях развития игрока.

Актуальность. Уникальные координационные характеристики, свойственные футболу, трактуются как идеальные условия, способствующие контролю над игровыми действиями и решающими широкий спектр задач в условиях состязания.

Проблема, цель, задачи. Для успешного выполнения разнообразных технико-тактических маневров, будь то в групповом взаимодействии или самостоятельно, игрокам в футбол необходим высокий уровень координационных способностей. Эта спортивная игра характеризуется множеством сложных двигательных элементов: внезапными остановками, резкими сменами направления движения, прыжками, падениями и ускорениями. Цель работы – рассмотреть значимость развития двигательно-координационных качеств на этапе начальной подготовки юных футболистов.

Материалы и методы исследования. Материалами исследования являлись научные источники. Методы исследования анализ и синтез научных источников.

Результаты и их обсуждение. Координационная подготовка представляет собой важнейшую составляющую формирования взаимодействия между тренером и спортсменом. Она способствует выбору наиболее оптимального игрового амплуа, а также формированию индивидуальной техники, требуемой для эффективного применения моторных навыков в ходе тренировочного процесса.

Заключение. Определение структуры, значимости и уровня координационных навыков на каждом этапе подготовки открывает возможности для разработки самой результативной стратегии обучения юных футболистов, а также создает перспективы для углубленных исследований в данной области.

Ключевые слова: футбол, координация, пространство, навык, тренировка, движение.

Введение

Основная задача тренеров и специалистов в сфере физической культуры заключается в оптимизации координационных навыков спортсменов. Совершенствование этих способностей критически важно для игровых видов спорта, поскольку позволяет существенно уменьшить количество ошибок и повысить точность исполнения тактико-технических действий [10].

Актуальность. В работе произведена теоретическая оценка значимости развития двигательно-

координационных качеств на этапе начальной подготовки юных футболистов.

Проблема, цель исследования. Отечественный футбол переживает кризис эффективности, что проявляется в заметном падении голевых показателей. Изменения в мировом футболе затрагивают не только регламент соревнований, но и саму философию игры, делая упор на интенсивность, активное давление и стратегическое планирование. Футбольные аналитики отмечают существенное техническое отставание российских футболистов от их иностранных коллег. Корень проблемы кроется в несовершенной системе подготовки юных талантов на ранних стадиях их спортивного развития. Для достижения победы на поле будущим чемпионам необходимо осваивать новые тренировочные методики. Тренеры вынуждены внедрять инновационные подходы, поскольку матчи требуют от спортсменов точности, разнообразия и молниеносной реакции. Ключевым фактором успешного выполнения технико-тактических элементов является физическая форма участников: развитие ловкости, скоростных качеств, выносливости и силовых показателей. Процесс совершенствования этих характеристик представляет собой фундамент для достижения высоких результатов, что подчеркивает критическую важность правильно организованного обучения. Цель работы – рассмотреть значимость развития двигательно-координационных качеств на этапе начальной подготовки юных футболистов.

Материалы и методы исследования. Материалами исследования являлись научные источники. Методы исследования анализ и синтез научных источников.

Результаты и их обсуждение

В современном футболе особую значимость приобретает комплексная подготовка спортсменов с раннего возраста. Ключевым компонентом этой подготовки выступает развитие координационных качеств, которые закладывают фундамент будущего мастерства игрока. Юные футболисты достигают высокого уровня координации благодаря систематической тренировке сенсорных систем и целенаправленному развитию внимательности. Эти психофизиологические аспекты играют первостепенную роль в формировании технического арсенала спортсмена, позволяя ему эффективно действовать в динамично меняющихся игровых ситуациях. Специальная координационная подготовка, включающая комплекс разнообразных упражнений, направлена на совершенствование таких важнейших компонентов, как ритмичность движений и способность сохранять равновесие. Не менее важными являются показатели точности выполнения технических элементов и быстроты реакции на изменение игровой обстановки. Гармоничное развитие гибкости и ловкости дополняет координационный профиль молодого футболиста, обеспечивая ему преимущество в соревновательной деятельности. Тренеры детско-юношеских команд должны уделять особое внимание этим аспектам, разрабатывая индивидуальные программы развития координационных способностей с учетом возрастных особенностей спортсменов. Только такой комплексный подход гарантирует достижение необходимого уровня общей подготовленности, на основе которой в дальнейшем формируется профессиональное мастерство футболиста [5].

Современный футбол требует от спортсменов виртуозного владения своим телом в постоянно меняющихся игровых ситуациях. Игроки сталкиваются с необходимостью мгновенно принимать решения при выполнении сложнейших двигательных задач – будь то внезапные ускорения после статичного положения, контролируемые падения при борьбе за мяч, высокие прыжки при игре головой, или молниеносные изменения траектории движения для обхода соперника. Индивидуальное мастерство футболиста неразрывно связано с его способностью координировать движения в условиях высокого темпа игры. При этом технико-тактические действия с мячом требуют не только личного мастерства, но и понимания командного взаимодействия, что многократно усложняет координационные задачи. Тренеры ведущих футбольных клубов уделяют особое внимание развитию именно этих качеств у своих подопечных, поскольку высокий уровень ко-

ординационной подготовки становится решающим фактором в достижении спортивных высот как для отдельных игроков, так и для команды в целом [6].

Успешное овладение основными технико-тактическими приемами у начинающих футболистов строится на планомерном совершенствовании ключевых координационных способностей. Эти навыки обеспечивают точность действий как при работе с мячом, так и без него, а также эффективное взаимодействие между игроками команды. Развитие координации у молодых спортсменов зависит от двух ключевых аспектов: врожденных способностей и профессионализма наставника. Решающее влияние на эффективность обучения оказывают компетентность тренера, его практический опыт, способность подбирать эффективные методы тренировок и талант мотивировать юных футболистов к полной самоотдаче во время занятий [4].

Современная спортивная наука накопила внушительный массив теоретических и практических исследований в области физической подготовки атлетов. Тренеры по футболу активно интегрируют научные достижения в свой арсенал методических инструментов. Особенно ценны для специалистов материалы, раскрывающие взаимосвязь различных аспектов спортивного мастерства. Многочисленные научные труды убедительно демонстрируют тесную корреляцию между координационными способностями футболистов и их технико-тактическими навыками. Анализ диссертационных работ последних лет подтверждает, что эти два компонента подготовленности спортсменов находятся в прямой зависимости друг от друга, формируя единую функциональную систему. Методологический инструментарий, разрабатываемый на основе этих исследований, позволяет создавать эффективные программы тренировок для игроков разных возрастных групп – от детских команд до профессиональных клубов. Углубленное понимание взаимообусловленности различных аспектов подготовки открывает новые горизонты для совершенствования тренировочного процесса в современном футболе [3].

Учитывая индивидуальные и возрастные особенности детей, на начальном этапе спортивной подготовки футболистов критически важно совершенствовать их координационные и двигательные навыки. Формирование ключевых моторных умений, необходимых для достижения высоких командных результатов, значительно зависит от долгосрочных аспектов тренировочного процесса. Спортивная карьера игрока должна непрерывно сопровождаться развитием этих навыков – от самого раннего возраста до финальной подготовки перед соревнованиями, с обязательным учетом предшествующего опыта молодых спортсменов.

Значимые ретроспективные исследования в области спортивной педагогики демонстрируют многофакторность процесса формирования игрового мастерства. Координационные способности играют решающую роль в эффективности взаимодействия с игровым снарядом, что подтверждается многочисленными экспериментальными данными. Исследователь А. П. Кураш в своей работе 2006 года выделяет триаду определяющих компонентов, влияющих на успешность освоения игровых навыков в детско-юношеском спорте. Первостепенное значение, согласно его концепции, имеет функциональное состояние сенсорного аппарата, особенно проприоцептивной чувствительности, обеспечивающей точность движений. Техническая грамотность выполнения спортивных элементов представляет собой второй ключевой фактор, без которого невозможно достижение высоких результатов. При этом правильность техники должна формироваться на ранних этапах подготовки, предотвращая закрепление ошибочных двигательных стереотипов. Завершающим элементом в предложенной Курашем модели выступает уровень развития координационных качеств, непосредственно определяющий результативность манипуляций с мячом в динамически меняющихся игровых ситуациях. Данная теоретическая модель имеет значительную практическую ценность для тренеров, работающих с детьми и подростками в игровых видах спорта, позволяя структурировать трени-

ровочный процесс с учетом всех значимых компонентов игрового мастерства [7].

В научных публикациях отмечается, что надёжное выполнение игровых техник является важнейшим условием совершенствования технико-тактических навыков. Выделяются гибкость и координация как важные факторы в процессе базовой подготовки. Успех в игре определяется мастерством техники, координацией движений и способностью поддерживать равновесие. Эти аспекты составляют основополагающие элементы подготовки спортсменов [9].

Исследователь О. В. Двейрина подчеркивает многогранность координационных качеств футболистов, которые проявляются не только в технической виртуозности, но и в тактическом мышлении. Адаптивность к меняющейся игровой обстановке становится фундаментальным элементом мастерства. Эта способность позволяет спортсменам мгновенно корректировать свои действия при взаимодействии с мячом, партнерами и соперниками. Примечательно, что координационные способности футболистов включают не просто управление собственными движениями, но и их рациональное согласование в сложных игровых ситуациях. Двейрина отмечает двойственную природу координации в футболе: она критически важна как на этапе формирования новых двигательных навыков, так и при дальнейшем совершенствовании уже освоенных технических элементов. Практика показывает, что высокий уровень развития этих качеств позволяет игрокам эффективнее реагировать на движущиеся объекты, что особенно ценно в условиях высокоскоростной игры современного футбола. Таким образом, целенаправленное развитие координационных способностей должно стать неотъемлемой частью комплексной подготовки футболистов всех уровней [2].

Уникальные координационные характеристики, свойственные футболу, трактуются как идеальные условия, способствующие контролю над игровыми действиями и решающими широкий спектр задач в условиях состязания (таблица 1).

Таблица
Классификация координационных качеств

Общие	Специальные	Специфические
Способность воспринимать звуковые, визуальные и осязательные сигналы. Ощущение положения и движения тела в пространстве. Поддержание баланса в различных позициях. Координированное изменение двигательной активности по заданному алгоритму. Управление темпом и частотой выполняемых движений. Определение своего местоположения относительно окружающих объектов.	Движения, совершаемые по замкнутому или разомкнутому пути. Активности, требующие пространственной координации частей тела без смены позиции. Взаимодействие с объектами в трехмерном пространстве. Действия, направленные на силовой бросок с максимальной дистанцией. Статичные манипуляции, не требующие перемещения. Точное метание на заданную дистанцию. Движения, нацеленные на конкретный результат. Повторяющиеся двигательные паттерны. Стратегии нападения и обороны в контактных противостояниях. Тактические приемы атаки и защиты	Навык анализа и интерпретации движений, включая взаимодействие с мячом, дополняется способностью улавливать ритмические паттерны в двигательной активности. Осознание положения тела в пространстве и умение ориентироваться относительно окружающих предметов играет ключевую роль в формировании целостной картины движения. Гибкость в адаптации моторных умений к меняющимся условиям среды сочетается с мастерством поддержания баланса в различных ситуациях, даже при неустойчивой опоре. Быстрое реагирование на изменения обстановки является необхо-

	в командных и индивидуальных состязаниях.	димым качеством, как и способность координировать отдельные движения, объединяя их в плавную и гармоничную последовательность действий.

Среди важнейших компонентов образовательного процесса спортсменов, играющих в футбол, можно выделить следующие характеристики:

1. Качество к приспособлению и перестроению двигательных действий.
2. Качество к кинестетическому дифференцированию параметров движений.
3. Качество к пространственной ориентировке.
4. Качество к согласованию (соединению) движений.
5. Качество к быстрому реагированию.
6. Качество к чувству ритма движений.
7. Качество к равновесию в динамических и статических условиях.

Заключение

Техническое мастерство молодых футболистов напрямую зависит от развития координации, что подтверждают проанализированные материалы. Снижение травмоопасности и повышение спортивных достижений обеспечивается хорошо развитыми координационными способностями. Между техническими навыками и координационной подготовкой существует неразрывная связь. В тренировочных занятиях и на соревнованиях эффективность юных игроков значительно возрастает благодаря фундаментальной координационной базе. Представленные данные убедительно доказывают, что координационная подготовка является краеугольным камнем в системе тренировок молодежных футбольных команд.

Взаимодействие тренера и спортсмена формируется в значительной степени благодаря координационной подготовке. Индивидуальная техника и выбор оптимального игрового амплуа становятся возможными именно через развитие координации, что позволяет эффективно применять моторные навыки во время тренировок. Разработка наиболее результативных стратегий обучения юных футболистов и создание перспектив для дальнейших исследований становятся реальными, когда мы определяем значимость, структуру и уровень координационных навыков на разных этапах подготовки.

Литература

1. Губа В.П., Стула А. Методологии подготовки юных футболистов. М.:Человек, 2015. 184 с.
2. Двейрина О.А. Концепция и программирование координационной подготовки спортсмена в соответствии со спецификой вида спорта : автореф. дис. ... док. пед. наук. Санкт-Петербург, 2019. 52 с.
3. Драндров Г.Л., Плешаков А.А. Технико-тактическая подготовка юных футболистов / Современные проблемы науки и образования. 2019, №3. С. 1-8.
4. Драндров Г.Л., Кудяшева А.Н., Кудяшев Н.Х. Перспективные направления совершенствования технической подготовки юных футболистов / Современные проблемы науки и образования. 2018. № 3. С. 106.
5. Костюнина Л.И., Дугуфана Багайоко, Николаев Д.С. Двигательно-координационная подготовка как основа успешности обучения юных футболистов / Олимпийский спорт и спорт для всех: сб. научных трудов, представленных на 14 Международный научный конгресс «Олимпийский спорт и спорт для всех Казань: Поволжская ГАФКСиТ, 2020. С.116-118.

6. Костюнина Л.И., Дугуфана Багайоко, Николаев Д.С. Развитие ведущих двигательно-координационных качеств юных футболистов на основе дифференцированного подхода // ТиПФК. 2021. №2. https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-veduschih-dvigatelno-koordinatsionnyh-kachestv-yunyh-futbolistov-na-osnove-differentsirovannogo-podhoda (дата обращения: 21.08.2025).
7. Кураш В.П. Формирование у школьников техники игры в футбол на основе развития целевой точности движений: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Москва. 2006. 19 с.
8. Лях В., Витковски З. Координационная тренировка в футболе. М.: Сов. спорт, 2010. 216 с.
9. Шамонин А. В. Повышение технической подготовки при развитии способностей к сохранению равновесия юных футболистов 7-11 лет: автореферат дис ... кан. пед.наук. Екатеринбург, 2010. 22 с.
10. Cazzola D., Pavei G., Preatoni E. Can Coordination Variability Identify Performance Factors and Skill Level in Competitive Sport? The case of race walking. Journal of Sport and Health Science. 2016. vol. 5, no. 1. pp. 35–43. DOI: 10.1016/j.jshs.2015.11.005.

Финансирование. Исследование не имело спонсорской поддержки.

Конфликт интересов. Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

Для цитирования: Уздинов Р.И. Теоретическая оценка значимости развития двигательно-координационных качеств на этапе начальной подготовки юных футболистов / Р.И. Уздинов // Актуальные проблемы педагогики и психологии. 2025. Том 6. № 9. С. 31-38

Сведения об авторе
Уздинов Роберт Ильдарович
Аспирант 3 года обучения
Ульяновский государственный университет
Ульяновск, Россия
ORCID ID: 0009-0005-8668-7126
SPIN-код: 4137-2315**, AuthorID:** 1302965
E-mail: olimpicru@rambler.ru

Сведения о научном руководителе
Вальцев Владимир Владимирович
кандидат педагогических наук, доцент, мастер спорта СССР, декан Факультета физической культуры и реабилитации
Ульяновский государственный университет
Ульяновск, Российская Федерация
E-mail: valcevvv@yandex.ru

ACTUAL PROBLEMS OF PEDAGOGY AND PSYCHOLOGY
2025, vol. 6, no. 9, pp. 31-38

THEORETICAL ASSESSMENT OF THE IMPORTANCE OF DEVELOPING MOTOR-COORDINATION QUALITIES AT THE STAGE OF INITIAL TRAINING OF YOUNG FOOTBALL PLAYERS

Uzdinov Robert Ildarovich
Postgraduate student of 3 years of study
Ulyanovsk State University

Ulyanovsk, Russia
ORCID ID: 0009-0005-8668-7126
SPIN-код: 4137-2315, AuthorID: 1302965
E-mail: olimpicru@rambler.ru

Abstract. Modern trends in world football are shifting towards the increasing role of speed, tactical discipline and high pressure. However, Russian football is experiencing a crisis, especially noticeable in the decline in player performance. The root of the problem lies in the insufficient quality of basic training of young athletes. Football industry analysts note a significant gap in technical skills between Russian football players and their foreign colleagues, which is directly related to the imperfection of the training system at the early stages of player development.
Relevance. The unique coordination characteristics inherent in football are interpreted as ideal conditions that facilitate control over game actions and solve a wide range of problems in competition conditions.
Problem, goal, tasks. To successfully perform a variety of technical and tactical maneuvers, whether in group interaction or independently, football players need a high level of coordination abilities. This sport is characterized by many complex motor elements: sudden stops, abrupt changes in direction of movement, jumps, falls and accelerations. The aim of the work is to consider the importance of developing motor-coordination skills at the initial training stage of young football players.
Research materials and methods. The research materials were scientific sources. Research methods - analysis and synthesis of scientific sources.
Results and their discussion. Coordination training is the most important component of the formation of interaction between the coach and the athlete. It contributes to the selection of the most optimal playing role, as well as the formation of individual technique required for the effective use of motor skills during the training process.
Conclusion. Determining the structure, significance and level of coordination skills at each stage of training opens up opportunities for developing the most effective strategy for teaching young football players, and also creates prospects for in-depth research in this area.
Keywords: football, coordination, space, skill, training, movement.

References

1. Guba V.P., Stula A. Metodologii podgotovki yuny`x futbolistov [Methodologies for training young football players]. M.:Chelovek, 2015. 184 s.
2. Dvejrina O.A. Koncepciya i programmirovanie koordinacionnoj podgotovki sportsmena v sootvetstvii so specifikoj vida sporta [Concept and programming of coordination training of an athlete in accordance with the specifics of the sport]: avtoref. dis. ... dok. ped. nauk : 13.00.04: Sankt-Peterburg. Sankt-Peterburg, 2019. 52 s.
3. Drandrov G.L., Pleshakov A.A. Texniko-takticheskaya podgotovka yuny`x futbolistov [Technical and tactical training of young football players.]. // Sovremenny`e problemy` nauki i obrazovaniya [Modern problems of science and education]. 2019, №3. S. 1-8.
4. Drandrov G.L., Kudyasheva A.N., Kudyashev N.X. Perspektivny`e napravleniya sovershenstvovaniya texnicheskoj podgotovki yuny`x futbolistov [Promising directions for improving the technical training of young football players] // Sovremenny`e problemy` nauki i obrazovaniya [Modern problems of science and education]. 2018. № 3. S. 106.
5. Kostyunina L.I., Dugufana Bagajoko, Nikolaev D.S. Dvigatel`no-koordinacionnaya podgotovka kak osnova uspeshnosti obucheniya yuny`x futbolistov [Motor-coordination training as the basis for successful training of young football players]// Olimpijskij sport i sport dlya vsex: sb. nauchny`x trudov, predstavlenny`x na XXIV Mezhdunarodny`j nauchny`j kongress «Olimpijskij sport i sport dlya vsex Kazan`[Olympic sport and sport for all: collection of scientific papers pre-

sented at the XXIV International Scientific Congress "Olympic sport and sport for all Kazan]: Povolzhskaya GAFKSiT, 2020. C.116-118.
6. Kostyunina L.I., Dugufana Bagajoko, Nikolaev D.S. Razvitie vedushhix dvigatel`no-koordinacionny`x kachestv yuny`x futbolistov na osnove differencirovannogo podxoda [Development of leading motor-coordination qualities of young football players based on a differentiated approach]// TiPFK. 2021. №2. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-veduschih-dvigatelno-koordinatsionnyh-kachestv-yunyh-futbolistov-na-osnove-differentsirovannogo-podhoda (data obrashheniya: 21.08.2025).
7. Kurash V.P. Formirovanie u shkol`nikov texniki igry` v futbol na osnove razvitiya celevoj tochnosti dvizhenij [Formation of football playing technique in schoolchildren based on the development of target precision of movements]: avtoref. dis. ... kand. ped. nauk. Moskva. 2006. 19 s.
8. Lyax V., Vitkovski Z. Koordinacionnaya trenirovka v futbole [Coordination training in football]. M.: Sov. sport, 2010. 216 s.
9. Shamonin A. V. Povy`shenie texnicheskoj podgotovki pri razvitii sposobnostej k soxraneniyu ravnovesiya yuny`x futbolistov 7-11 let [Improving technical training in developing balance skills in young football players aged 7-11 years]: avtoreferat dis ... kan. ped.nauk: 13.00.04: Mosk. gor. ped. un-t. - Ekaterinburg, 2010. 22 s.
10. Cazzola D., Pavei G., Preatoni E. Can Coordination Variability Identify Performance Factors and Skill Level in Competitive Sport? The case of race walking. Journal of Sport and Health Science. 2016. vol. 5, no. 1. pp. 35–43. DOI: 10.1016/j.jshs.2015.11.005.

Information about the author
Uzdinov Robert Ildarovich
Postgraduate student of 3 years of study
Ulyanovsk State University
Ulyanovsk, Russia
ORCID ID: 0009-0005-8668-7126
SPIN-код: 4137-2315, AuthorID: 1302965
E-mail: olimpicru@rambler.ru

Information about the scientific supervisor
Valtsev Vladimir Vladimirovich
Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Master of Sports of the USSR, Dean of the Faculty of Physical Culture and Rehabilitation
Ulyanovsk State University
Ulyanovsk, Russian Federation
E-mail: valcevvv@yandex.ru

Поступила в редакцию. Прошла рецензирование и рекомендована к опубликованию

Это произведение доступно по лицензии Creative Commons «Attribution-NonCommercial» («Атрибуция – Некоммерческое использование») 4.0 Всемирная – https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/