

АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ ФУТБОЛИСТОВ РАЗЛИЧНОГО ИГРОВОГО АМПЛУА

*Юй Тунцян, А.И. Новицкая
Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова*

В сфере футбола игроков в основном можно разделить на четыре категории в соответствии с их позициями на поле: вратари, защитники, полузащитники и нападающие. Каждая позиция берет на себя совершенно разные обязанности в игре, и эти различия напрямую приводят к различным требованиям к физической подготовленности игроков [1].

Однако не менее, важными критериями успешного выступления команды, являются морфологические характеристики спортсменов, которые тесно коррелируют с результативностью игрока на футбольном поле [2; 3].

В связи с этим, различия в морфофункциональных показателях игроков различного амплуа заслуживают углубленного изучения. В частности, анализ антропометрических данных игроков футбольных команд мирового уровня, в тесной взаимосвязи с их двигательными способностями и технико-тактическим мастерством дает ценную научно-практическую информацию для тренеров и специалистов, как при отборе игроков различного амплуа, так и для достижения наилучшей комбинационной игры и максимальной реализации физического и технико-тактического потенциала каждого члена команды.

Цель исследования заключалась в изучении антропометрических показателей и их взаимосвязи с физической и технико-тактической подготовленностью у игроков различного амплуа в футбольных командах мирового уровня.

Материал и методы. В качестве объектов исследования выбраны выдающиеся команды, участвовавшие в чемпионатах мира по футболу, Европы УЕФА и Олимпийских играх. Представленный материал получен с помощью изучения научной литературы, академических отчетов и статистических данных о соответствующих футбольных событиях в Китае и за рубежом [1; 2; 3; 4; 5]. Существующие результаты исследований сортировались и анализировались, чтобы обеспечить прочную теоретическую основу и справочную информацию для последующего более углубленного исследования. Для сравнительного анализа антропометрических показателей футболистов различного игрового амплуа использовались их вес, длина тела и весо-ростовой индекс Кетле.

Результаты и их обсуждение. Согласно анализа морфофункциональных показателей футболистов, выступающих на международных турнирах и в мужских футбольных соревнованиях на Олимпийских играх [2], антропометрические показатели игроков различного амплуа существенно различаются (таблица 1).

Таблица 1 – Антропометрические показатели игроков разного игрового амплуа олимпийских футбольных команд

Игровое амплуа	Средний рост (см)	Средний вес (кг)	Индекс Кетле
Вратарь	185 – 195	80 – 90	430 – 470
Защитник	180 – 188	75 – 85	410 – 450
Полузащитник	175 – 183	70 – 80	380 – 420
Нападающий	180 – 186	72 – 82	400 – 440

Известно, что уровни морфофункциональных показателей и двигательные способности человека, имеют тесную связь с климатическими и географическими условиями проживания. Соответственно, этот феномен прослеживается и при анализе антропометрических показателей игроков футбольных команд с разных континентов.

Представители азиатских клубов (команды Японии и Южной Кореи), в последние годы отметили определенное увеличение среднего роста своих игроков, но ещё несколько уступают европейским и африканским командам. На Олимпийских играх средний рост нападающих азиатских команд составляет примерно 180-185 см, полузащитников – 173-180 см, защитников – 178-185 см, а вратарей – 183-190 см. Что касается веса, то нападающие весят 70-78 кг, полузащитники – 68-75 кг, защитники – 72-80 кг и вратари – 78-85 кг. Хотя азиатские игроки не имеют преимуществ в росте и весе, они хорошо развивают физическую гибкость и координацию, благодаря азиатской футбольной традиции делать упор на техническую подготовку.

Высокие и сильные игроки из Северной Европы или те, кто обладает сочетанием техники и физической силы из Южной Европы, как правило, имеют очевидные преимущества в физической форме. Средний рост нападающих европейских сборных может достигать 183-188 см, полузащитников – 178-185 см, защитников – 182-190 см, а вратарей – 188-195 см. Нападающие весят 75-85 кг, полузащитники – 72-82 кг, защитники – 78-88 кг и вратари – 82-92 кг. Их тактические стили разнообразны, начиная от стилей, в которых особое внимание уделяется физическому противостоянию и атакам с длинным мячом, и заканчивая деликатной тактикой, которая фокусируется на контроле мяча и проникновении с короткой передачи.

В американских командах (США, Бразилия и Аргентина) есть игроки, габариты тела которых сочетают гибкость и взрывную силу. Средний рост нападающих составляет от 180 см до 186 см, полузащитников – от 175 см до 182 см, защитников – от 178 см до 186 см, а вратарей – от 185 см до 192 см. Нападающие весят 72-80 кг, полузащитники 68-75 кг, защитники 73-80 кг и вратари 78-85 кг. Американские игроки уникальны в своей индивидуальной технике, обладают выдающимися способностями к дриблингу и контролю мяча.

Африканские команды славятся своими взрывными физическими качествами. Игроки, как правило, обладают отличной выносливостью, скоростью и прыгучестью. Средний рост нападающих составляет 182-188 см, полузащитников – 176-183 см, защитников – 180-188 см, вратарей – 186-193 см. Нападающие весят 74-82 кг, полузащитники – 70-78 кг, защитники – 75-83 кг и вратари – 80-88 кг. На олимпийской арене защитники африканских команд могут на протяжении всей игры напрягать соперников своими сверхфизическими качествами, реализуя высокоинтенсивную прессинговую защиту, в то время как нападающие используют свою скорость и прыгучесть для атаки линии обороны соперника.

Заключение. Морфофункциональные характеристики игроков на каждой позиции тесно связаны с их функциональными обязанностями в игре. Эти морфологические характеристики сформировались не случайно. Напротив, они являются результатом непрерывной эволюции и адаптации футболистов в течение длительного процесса развития для удовлетворения различных потребностей игры. Являются условием результативного проявления футболистами своих физических способностей и обязанностей в соответствии с задачами своего игрового амплуа на футбольном поле. Они играют решающую вспомогательную роль в построении и внедрении тактической системы команды. При разработке тактики и распределении ролей игроков в команде тренеры должны полностью учитывать морфологические характеристики игроков на каждой позиции, чтобы добиться максимальной реализации физического и технико-тактического потенциала каждого члена команды.

1. Ван, Фань Исследование характеристик физической подготовленности футболистов на разных позициях / Ван Фань, Чжан Юн, Тан Сюн Ган [и др.]. // Детско-юношеский спорт. – 2021. – № 3. – С. 56–58.

2. Гао, Сюй. Исследование формы тела и возраста футболистов мужского пола на Олимпийских играх в Лондоне / Гао Сюй, Тянь Гуан // Спорт высокого качества (Академическое издание). – 2014. – Т. 33, № 2. – С. 30–34.

3. Мин, Вэй. Исследование взаимосвязи беговых характеристик и физической подготовки футболистов-мужчин на разных позициях / Мин Вэй / Научный руководитель: Ван Госян. – Сучжоуский университет, 2021. – 62 с.

4. Тан, Цин. Сравнительный анализ домашних и выездных технико-тактических характеристик футбольной команды «Шаньдун Лунэн Тайшань» в китайской суперлиге 2008 года / Тан Цин / Научный руководитель: Люо Тао. – Шаньдунский педагогический университет, 2010. – 50 с.

5. Чэн Яньфэй. Сравнительное исследование оборонительных технических характеристик восьми лучших команд чемпионата Европы по футболу 2004 и 2008 годов / Чэн Яньфэй / Научный руководитель: Люй Цзяньли. – Хэбэйский педагогический университет, 2010. – 67 с.

METHODOLOGICAL PECULIARITIES OF TECHNICAL TRAINING IN TABLE TENNIS FOR CHILDREN 6–8 YEARS OLD

Hu Xiaoqi, M.A. Karelin

Vitebsk, VSU named after P.M. Masherov

Table tennis, as one of the most dynamic and spectacular sports, requires from athletes a high degree of technical training and tactical thinking. Success in this sport largely depends on the mastery of the racket, the ability to react quickly to the actions of the opponent and the ability to adapt to changing conditions of the game. In this regard, methodological training of athletes at all stages of their development becomes a key aspect that determines not only the level of individual skill, but also the overall performance of the team [1; 3].

Modern research in the field of sports pedagogy emphasises the importance of a systematic approach to technical training. This includes both theoretical knowledge about the mechanics of strokes and game tactics, and practical skills that are formed through regular training and competitions. The methodological features of technical training in table tennis cover a wide range of issues: from the selection of optimal training methods to error analysis and correction of stroke technique. Understanding of these methodological foundations is a prerequisite for achieving high results at both amateur and professional levels [3; 4].

Game efficiency and technique efficiency are correlating, but not identical concepts, and certain methods of building technical techniques in the methodological literature and in the practice of coaches. It is necessary to determine the peculiarities of promising technique and methodological approaches to its mastering in order to intensify the technical training of young tennis players of 6-8 years old [4]. The success of training is directly related to the ability of tennis specialists to determine the promising directions in the development of tennis and to understand the essence of setting children the necessary perspective technique of the game, which further forms the style and the leading features of winning tactics [5].

The scientific literature does not sufficiently develop the requirements to the biomechanical rationality of technique when teaching tennis players at the beginning of the training stage, i.e. in the period of consolidation of individual technique and development of the child's sensorimotor potential in order to implement the technique chosen for the future.

Therefore, the process of teaching table tennis at the initial stage is relevant for sports schools. The development of new methods of training at the initial stage developed taking into account modern requirements to athletes and the results of performances at competitions is of great importance. Since at the age of 6-8 years old very important both physical and psychological qualities begin to form. It is important at this age correctly and methodologically competent to build a training process for future effective technical and tactical growth of young athletes, which in turn will contribute to their further professional growth as athletes and high performance in competitions [5].

In this regard, the purpose of our study is: analysis and systematisation of modern approaches to technical training of athletes in table tennis, as well as the development of recommendations for coaches and players aimed at optimising the training process, increasing the level of skill and efficiency of game technique.