

## Методические, социальные и климатические факторы реализации спортивной тренировки футболистов Ирака

*Национальный университет физического воспитания и спорта Украины (г. Киев)*

**Постановка научной проблемы и ее значение.** Известные события, которые произошли в Ираке в последнее десятилетие, нашли свой отражение в различных сферах общественно-политической жизни Ирака, в том числе в спорте. Негативное социально-экономическое развитие общества не могло не затронуть экономические, организационные и методические основы футбола в стране. Это отразилось на подготовке ведущих футболистов Ирака и, как следствие – снижении спортивного результата ведущих команд страны на внутренней и зарубежной арене. Одновременно специалисты отметили высокий социальный запрос на футбол как социально значимый фактор общественной жизни Ирака [3]. Это позволило не только восстановить организационные структуры и обеспечение вида спорта, но и сформировать предпосылки к дальнейшему развитию вида спорта в стратегических направлениях, в том числе в направлении научно-методического обеспечения подготовки спортсменов. Предпосылками для этого является серьезный интерес специалистов Ирака к современным научно-методическим разработкам в системе спортивной подготовки спортсменов высокого класса в футболе в мире, в частности в тех странах, где существующие научно-методические основы подготовки спортсменов высокого класса при отсутствии значительной материально-технической базы позволили успешно разработать и реализовать современные технологии спортивной подготовки спортсменов высокого класса и достичь весомых спортивных успехов. Это относится к системе футбола в Украине, где сформированы и продолжают совершенствоваться технологии подготовки футболистов высокого класса. При этом они основаны на системных принципах научного анализа спортивных и смежных дисциплин, обобщенные в теории спорта и реализованные с учетом специфики подготовленности в различных видах спортивной деятельности, в том числе в футболе [1; 2; 3].

Решение этой проблемы для Ирака основано на поиске пути реализации системных принципов теории спорта с учетом специфики организации футбола. Эти направления реализованы в данном исследовании на основании имплементации теории периодизации спортивной тренировки [4] в условия спортивной подготовки футболистов Ирака. Разработка и обоснование специфических условий периодизации подготовки Ирака сформировали научно-методическую основу для дальнейшей разработки и внедрения факторов совершенствования системы управления тренировочным процессом футболистов Ирака на уровне систем планирования, моделирования и прогнозирования, контроля, отбора и моделирования, разработки, в конечном итоге, системы тренировочных воздействий.

**Цель статьи** – выявить специфические особенности реализации системных принципов теории спорта в структуре спортивной тренировки ведущих футболистов Ирака.

**Связь исследований с темами НИР.** Исследования являются частью научно-исследовательской работы, проводимой согласно сводного плана НИР в сфере физической культуры и спорта по теме 1.8. «Построение подготовки и соревновательной деятельности спортсменов в олимпийских циклах на этапе многолетнего совершенствования», № госрегистрации – 0112U003205.

**Методы исследований** – анализ и обобщение данных специальной литературы, информации сети Интернет, экспертная оценка проблемы, метод беседы. В экспертном опросе приняли участие 20 специалистов Ирака по футболу – участники программы подготовки футбольного клуба Аль-Нафт. Достоверность статистического анализа подтверждена коэффициентом Кетвелла. Для уточнения мнения экспертов по конкретному вопросу проводился анализ различий (CV) мнений экспертов по конкретному вопросу.

Ответы на вопросы предполагали количественную оценку (баллы 1–3–5, где 1 – отрицательный ответ, 3 – возможно положительный, 5 – уверенный положительный ответ) конкретного фактора, связанного с проблемой реализации системных принципов периодизации спортивной тренировки в практике футболистов Ирака.

**Изложение основного материала и обоснование полученных результатов исследования.** При составлении программы спортивной тренировки футбольного клуба Ирака реализованы следующие системные принципы теории периодизации спортивной тренировки [4].

Тренировочные занятия преимущественной направленности объединены в микро- и мезоструктуры спортивной тренировки. На этой основе сформированы периоды и макроциклы годичного цикла подготовки. Количественные и качественные характеристики тренировочных занятий, микро- и мезоструктуры макроцикла нацелены на формирование срочных и долгосрочных адаптационных

реакций в процессе рационального сочетания тренировочных нагрузок и восстановления, реализации микро- и мезоструктур на основе системных принципов теории спорта при учете специфических особенностей организации календаря соревнований премьер-лиги Ирака.

В соответствие с целевыми установками спортивной тренировки в течение годового цикла выбрана стратегия периодизации спортивной тренировки. Она выбрана на основе анализа структуры соревновательной деятельности и календаря соревнований в течение года. Показано, что на этой основе могут быть сформированы элементы структуры макроцикла, которые обеспечивают реализацию фазы достижения, сохранения и утраты спортивной формы в зависимости от целевых установок годового цикла спортивной подготовки футболистов.

В зависимости от календаря соревнований, в частности длительности периода приобретения спортивной формы, обеспечена взаимосвязь микро- и мезоструктуры в процессе организации взаимосвязанных этапов общей и специальной физической подготовки в подготовительном периоде подготовки годового цикла квалифицированных футболистов, а также принципов формирования подготовительных периодов подготовки в различных макроциклах годового цикла спортивной тренировки в футболе. В зависимости от длительности межигровых циклов спортивной подготовки была обеспечена взаимосвязь одно- и многопиковых соревновательных микроциклов в зависимости от плотности календаря и времени, отведенного на межигровые циклы подготовки.

Реализованы принципы интеграции апробированных ранее и экспериментальных (с учетом специфики соревновательной организации соревновательной деятельности в регионе мира) подходов к организации ударных, подводных и соревновательных микроциклов спортивной подготовки. Показано, что интегрированное применение экспериментальных и апробированных подходов к системе планирования, моделирования и контроля спортивной подготовки обеспечивает более высокий спортивный результат по итогам спортивного сезона.

На этой основе разработана концепция периодизации спортивной подготовки ведущих футболистов премьер-лиги Ирака. Она включает алгоритм действий по организации и планированию системы спортивной тренировки, основанной на системных принципах теории спорта, которые обеспечивают рациональное сочетание микро-, мезо- и макроциклов спортивной тренировки футболистов высокого класса, а также учитывают специфические особенности организации спортивной подготовки в Ираке. Показано, что структура спортивной подготовки футболистов Ирака усовершенствована таким образом, что она представляет собой систему, где снижение или увеличение эффективности одного из компонентов системы снижает или увеличивает эффективность всей системы спортивной тренировки в течение годового цикла. На принципах рационального сочетания построена иерархия структурных компонентов макроциклов, а также самих макроциклов, объединенных в единый сформированный годовичный цикл в течение длительного соревновательного сезона.

Очевидно, что системные принципы теории спорта могут быть реализованы в специфических условиях подготовки футболистов Ирака. Вместе с тем, нельзя не учитывать тот факт, что в процессе их применения возникали определенные вопросы, которые связаны со спецификой спортивной тренировки, характерной для местных условий.

Для выяснения специфики и особенностей реализации спортивной подготовки в футбольном клубе Ирака проведен экспертный опрос специалистов (тренеров, менеджеров, ведущих футболистов клуба), которые задействованы в проведение эксперимента.

Специалистам заданы следующие вопросы. В процессе беседы раскрыты детали ответов, которые позволили уточнить мнение респондентов.

I. Как вы оцениваете необходимость модернизации системы спортивной тренировки футболистов Ирака?

Структура оценки составила 78,9 % баллов и получила уверенно положительную оценку, 15,8 % баллов – возможно положительная, отрицательная – 5,3 % баллов.

В процессе беседы респонденты обращали внимание на необходимость учета специфических факторов, которые оказывали влияние на реализацию спортивной подготовки в конкретных условиях Ирака.

II. Как Вы оцениваете степень влияния возможности реализации в системе подготовки футболистов Ирака следующих факторов на реализацию программы тренировки? (Структура ответа включала оценку, соответственно, 1 – уверенно положительно; 2 – возможно положительно; 3 – отрицательно).

1. Религиозные факторы – 48,6 %; 50,0 %; 1,4 %.
2. Климатические факторы – 95,7 %; 3,2 %; 1,1 %.
3. Организационные факторы – 39,1 %; 56,3 %; 4,7 %.
4. Медицинские факторы – 88,9 %; 10,0 %; 1,1 %.

Из представленных данных видно, что мнение экспертов сформировано относительно учета климатических и медицинских факторов. По вопросам религии и организационных проблем мнения экспертов разошлись.

III. Как Вы оцениваете влияние программы на повышение эффективности спортивной тренировки в течение года? Респондентам предложено оценить значение каждого фактора в соответствии со значимостью каждого из них. Степень согласованности мнений – на уровне выше среднего, коэффициент конкордации –  $W=0.65$ .

1. Новые подходы к организации спортивной тренировки в Ираке Вы считаете наиболее удачными – 5 баллов;

2. Новые подходы к организации спортивной тренировки в Ираке требуют уточнения – 3 балла;

3. Новые подходы к организации спортивной тренировки в Ираке Вы считаете не могут быть использованы в системе подготовки Ирака – 1 балл.

– Новая структура спортивной тренировки –  $4,7 \pm 0,7$ ;  $CV=15,2$  %.

– Новые подходы к организации и проведению тренировочных занятий (проведение тренировочных занятий 2 раза в день) –  $4,3 \pm 1,0$ ;  $CV=22,3$  %.

– Новые подходы в формировании тренировочных нагрузок в занятии –  $3,0 \pm 1,1$ ;  $CV=36,5$ .

– Новые подходы к организации системы восстановления и стимуляции работоспособности –  $2,9 \pm 1,5$ ;  $CV=51,0$ .

В результате проведенного статического анализа установлено, что ключевым фактором совершенствования системы спортивной подготовки футболистов Ирака является модернизация структуры спортивной подготовки в течение годового цикла. Об этом свидетельствует высокий уровень среднего значения критерия значимости и сниженный уровень индивидуальных различий показателя. Также отмечена положительная тенденция к пониманию необходимости совершенствования организационных сторон спортивной тренировки, в частности организации двухразовых тренировочных занятий в течение одного дня. Вместе с тем, очевидно, требует проведения дополнительного анализа и систематизации подходов к планированию тренировочных нагрузок различной величины и направленности, в частности приведение в соответствие с целевыми установками тренировочного процесса занятий с большими нагрузками, а также занятий с малой или средней восстановительной или стимуляционной направленностью.

Из представленных данных видно, что у специалистов футбола Ирака не вызывает сомнения необходимость совершенствования структуры годового цикла на основании предложенных системных принципов периодизации спортивной тренировки в течение года.

В результате проведения экспертного анализа установлено, что мнение экспертов согласовано по ряду вопросов. Первое – это необходимость модернизации, а также возможность применения новой структуры спортивной тренировки в течение годового цикла. Понимание необходимости структурных изменений в системе спортивной подготовки футболистов высокой квалификации не вызывает сомнения. При этом несомненна необходимость учета климатических и медицинских факторов обеспечения реализации новой структуры спортивной тренировки. Обращает на себя внимание различие мнения о значимости религиозных и организационных факторов в новых структурах подготовки. присутствует определенное противоречие между необходимостью сохранения социально-религиозных традиций и подчинения распорядка дня структурным требованиям спортивной тренировки. В беседе установлено, что в социальных условиях Ирака эти противоречия могут быть устранены при условии учета ряда религиозных традиций и особенностей их исполнения в жизни страны. В частности предложенная структура может учитывать как крупные религиозные праздники (переходный период подготовки может быть запланирован в период Рамадана), так и время ежедневных религиозных обрядов, в том числе при проведении двух тренировочных занятий в течение дня.

В процессе экспертного анализа установлена значимость каждого их факторов, которые обеспечивают модернизацию спортивной подготовки в течение годового цикла. При подтверждении значимости необходимости формирования новой структуры годичной подготовки установлена необходимость проведения дополнительного анализа с целью уточнения специфики реализации компонентов структуры процесса модернизации системы спортивной подготовки, выделения проблем, требующих решения, или, что немаловажно в условиях Ирака, – разъяснения, с точки зрения системных принципов теории спорта. В связи с этим требует обоснования необходимость проведения двух тренировочных занятий в течение дня. В беседе установлено, что с учетом специфики Ирака может быть использован принцип основных и дополнительных тренировочных занятий. В системе подготовки Ирака речь идет об оптимизации спортивной тренировки в первой половине дня, которая часто связана с проведением занятий, неопределенных с точки зрения величины и направленности нагрузки, без соответствующего обоснования количественных и качественных характеристик занятий (зарядка, индивидуальные занятия и др.). Требуется объяснения необходимость использования больших

тренировочных нагрузок. В беседе установлено, что этот принцип может быть реализован при усовершенствовании подхода к организации системы восстановления и стимуляции работоспособности. Это требует формирования понимания современной системы восстановления и стимуляции работоспособности и принципов их реализации в системе подготовки в футболе.

**Выводы и перспективы дальнейших исследований.** Представлены факторы обеспечения системы совершенствования структуры годичного цикла на уровне реализации микро, мезо- и макро-структур годичного цикла подготовки в конкретных условиях спортивной тренировки ведущих футболистов Ирака.

К наиболее значимым факторам относят принципы формирования структуры годичного цикла в соответствии с теорией периодизации спортивной тренировки в течение года, при этом отмечено понимание роли и места климатических и медицинских факторов в системе обеспечения спортивной подготовки.

Показаны факторы, реализация которых в системе подготовки футболистов Ирака требует уточнения или направленного совершенствования. Установлена необходимость проведения специального анализа с целью формирования подходов на основе учета религиозных и социальных факторов обеспечения системы спортивной подготовки. Требуют обоснования возможности приведения в соответствие с целевыми установками тренировочного процесса занятий с большими нагрузками, а также занятий с малой или средней нагрузкой восстановительной или стимуляционной направленности.

#### **Источники и литература**

1. Костюкевич В. М. Моделирование соревновательной деятельности в хоккее на траве : монография / В. М. Костюкевич. – Киев : Освита України, 2010. – 564 с.
2. Лисенчук Г. А. Управление подготовкой футболистов : монография / Г. А. Лисенчук. – Киев : Олимп. лит., 2003. – 272 с.
3. Мичуда Ю. П. Среда маркетинга футбольных клубов Ирака / Ю. П. Мичуда, Ф. Ридха // Физическое воспитание студентов : науч. журн. – Харьков : ХОНОКУ-ХГАДИ, 2012. – № 1. – С. 70–74.
4. Платонов В. Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение / В. Н. Платонов. – Киев : Олимп. лит., 2013. – 624 с.

#### **Аннотации**

*Представлены факторы обеспечения системы совершенствования структуры годичного цикла на уровне реализации микро-, мезо- и макро-структур годичного цикла подготовки в конкретных условиях спортивной тренировки ведущих футболистов Ирака. К наиболее значимым факторам относят принципы формирования структуры годичного цикла в соответствии с теорией периодизации спортивной тренировки в течение года, при этом отмечено понимание роли и места климатических и медицинских факторов в системе обеспечения спортивной подготовки. Показана необходимость проведения специального анализа с целью формирования подходов на основе учета религиозных и социальных факторов обеспечения системы спортивной подготовки. Требует обоснования возможность приведения в соответствие с целевыми установками тренировочного процесса занятий с большими нагрузками, а также занятий с малой или средней нагрузкой восстановительной или стимуляционной направленности.*

**Ключевые слова:** футбол, футбол в Ираке, специфические факторы, годичный цикл тренировки

**Садек Древел Халаф. Методичні, соціальні й кліматичні чинники реалізації спортивного тренування футболістів Іраку.** Указано чинники забезпечення системи вдосконалення структури річного циклу на рівні реалізації мікро-, мезо- й макро-структур річного циклу підготовки в конкретних умовах спортивного тренування провідних футболістів Іраку. До найбільш значимих чинників відносять принципи формування структури річного циклу відповідно до теорії періодизації спортивного тренування впродовж року. При цьому відзначено розуміння ролі й місця кліматичних і медичних чинників у системі забезпечення спортивної підготовки. Указана необхідність проведення спеціального аналізу для формування підходів на основі обліку релігійних і соціальних чинників забезпечення системи спортивної підготовки. Вимагає обґрунтування можливості приведення у відповідність із цільовими установками тренувального процесу зайняття з великими навантаженнями, а також малим або середнім навантаженням відновної чи стимуляційної спрямованості.

**Ключові слова:** футбол, футбол в Іраку, специфічні фактори, річний цикл тренування.

**Sadeq Drewel Khalaf. Methodical, Social and Climatic factors of Implementation of Sports Training of Players in Iraq.** The factors of providing the system of perfection of structure of circannual cycle are presented at the level of realization micro, mezo and macro structures of circannual cycle of preparation in the certain terms of the sport training of leading footballers of Iraq. To the most meaningful factors take principles of forming of structure of circannual cycle in accordance with the theory of division into periods of the sport training during a year, understanding of role and place of climatic and medical factors is here marked in the system of providing of sport preparation. The necessity of realization of the special analysis is shown with the purpose of forming of approaches based on account of religious and social factors of providing of the system of sport preparation. There required justification in accordance with the having a special purpose options of training process of reading requires the ground of possibility with the large loading, and also reading with the small or middle loading of restoration or stimulant orientation.

**Key words:** football, football in Iraq, specific factors, a one-year training cycle.