

**ՀՀ ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ, ԳԻՏՈՒԹՅԱՆ, ՄՇԱԿՈՒՅԹԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ ՆԱԽԱՐԱՐՈՒԹՅՈՒՆ
ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒՆՏՈՒՐԱՅԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ ՊԵՏԱԿԱՆ ԻՆՍՏԻՏՈՒՏ**

**ՀԵՐԹԱԿԱՆ ԱՏԵՍԱՎՈՐՄԱՆ ԵՆԹԱԿԱ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒՆՏՈՒՐԱՅԻ
ՈՒՍՈՒՑԻՉՆԵՐԻ ՎԵՐԱՊԱՏՐԱՍՏՄԱՆ ԴԱՍԸՆԹԱՑՆԵՐ**

ԻՍԱԶԱԿՅԱՆ ԼԻԼԻԹ ՄԱՐՏԻՆԻ
Ջրվեժի միջնակարգ դպրոց

ՖՈՒՏԲՈԼ ՄԱՐԶԱԽԱՂԻ ՏԵԽՆԻԿԱԿԱՆ ԵՎ ՏԱԿՏԻԿԱԿԱՆ ՀՆԱՐՔՆԵՐԻ ՈՒՍՈՒՑՈՒՄԸ

Հետազոտական աշխատանք

Ղեկավար՝ Յուրա Գրիգորյան

ԵՐԵՎԱՆ 2023

ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ

Ֆուտբոլը¹ խաղում են բնական կամ արհեստական խոտածածկ ունեցող դաշտում:

Խաղադաշտը նշանագծված ուղղանկյուն հրապարակ է: Դաշտի առավելագույն երկարությունը պետք է լինի 109,88 մ, իսկ առավելագույն լայնությունը՝ 90, 728 մ: Երբեմն պաշտոնական խաղերի համար օգտագործում են 100-110X69-75 Մ չափսի դաշտ:

Գնդակի շրջագիծը 680-711 մմ է, զանգվածը՝ 396-453 գ: Դարպասի բարձրությունը 2, 44 մ է, լայնությունը՝ 7, 32 մ::

Պատմաբանները պարզել են, որ ֆուտբոլ խաղացել են մ.թ.ա. 2500 թվականից: Մարգախաղի գոյության մասին վկայություններ կան աշխարհի շատ ժողովուրդների պատմության էջերում: Օրինակ՝ Հին Հունաստանում տարածված էր գնդակով խաղը: Իսկ առաջին գրավոր տեղեկությունը, որտեղ հիշատակվում է ժամանակակից ֆուտբոլի շեշտը խաղ, թվագրված

է մ.թ.ա. 180 թվականով: Պոլուքսի հունարեն բառարանում կան հետևյալ գրառումները՝ գնդակ խաղացողները բաժանվում են երկու թիմի՝ յուրաքանչյուրը նպատակ ունենալով գնդակը դուրս հանել մրցակցի կիսադաշտից: Միաժամանակ մրցակիցներին թույլատրվել է ձեռքով խաղը, որն արդի ռեգբիի հատկանշական տարրերից է:

Հին Հունաստանում տարածված են եղել գնդակախաղի նաև այլ տարատեսակներ: Հնարավոր չէ ստույգ ասել, թե անտիկ շրջանի որ գնդակախաղն է ժամանակակից ֆուտբոլի նախահայրը: Բայց և այնպես, շատերն այն կարծիքի են, թե ֆուտբոլն իր ծագմամբ պարտական է հին հռոմեական «հարպաստում» խաղին, որը Մեծ Բրիտանիա և Եվրոպա են բերել Հուլիոս Կեսարի լեգեոներները:

Գնդակախաղով զբաղվել են նաև աշխարհի այլ երկրներում: Օրինակ՝ մ.թ.ա. 6-4-րդ դարերում Չինաստանում գոյություն է ունեցել մի խաղ, որն ինչ-ինչ տարրերով ֆուտբոլ է հիշեցրել և գինվորական պատրաստության բաղադրիչներից էր: Յուրաքանչյուր թիմում ընդգրկվել է 27 խաղացող, որոնցից 15-ը կատարել են հարձակվողի, մյուսները պաշտպանի պարտականություններ, ապահովել են դարպասի անառիկությունը դիմային գծի ողջ երկայնքով: Մ.թ.ա. 206 թվականից մինչև մ.թ. 25 թվականը գրավոր աղբյուրներում հիշատակվում է «չժու-կե» խաղը: Չժու նշանակում է հարվածել ոտքով, իսկ կե՝ փքված կաշվե գնդակ: Ճապոնիայում դեռևս 14 դար առաջ սիրված է եղել «կոմերի» խաղը: 14 քառակուսի մետր տարածքով հրապարակում տեղաբախշված ութ խաղացողները, պահպանվելով հաստատված կանոնակարգը, գնդակը փոխանցել են մեկը մյուսին:

Մինչ այսօր Իտալիայում պահպանվել է միջնադարյան «կալ չիե» խաղը, որը, ըստ

ավանդույթի, տարին երկու անգամ՝ մայիսի առաջին կիրակի օրը և հունիսի 24-ին, խաղացել են Ֆլորենցիայում: Թիմերը կրել են «Բյանկա» (սպիտակներ) և «Ռոսսի» (կարմիրներ) անունները:

Սակայն ներկա ֆուտբոլի հայրենիքը համարվում է Անգլիան, որտեղ և մշակվել են ներկա ֆուտբոլի կանոնները: Ֆուտբոլային առաջին ակումբը՝ Շեֆիլդ Յունայթեդը (1855-1957) և առաջին ազգային առաջնությունը (1863) հիմնվել են Անգլիայում: 1904 թ-ին հիմնադրվել է Ֆուտբոլային Միությունների Միջազգային Ֆեդերացիան՝ՖԻՖԱ: Առաջին միջազգային

հանդիպումը տեղի է ունեցել 1902 թ-ին՝ Ավստրիա-Յունգարիա, ԱրգենտինաՈւրուգվայ: Օլիմպիական խաղերի ծրագրում մտցվել է 1900 թ-ից: 1930 թ-ից սկսվել են ֆուտբոլի աշխարհի առաջնության, իսկ 1955 թ-ից՝ Եվրոպայի երկրների չեմպիոն թիմերի գավաթի, 1960 թ-ից՝ գավաթակիրների գավաթի, 1973 թ-ից ՈՒԵՖԱ գավաթի կանոնավոր հանդիպումները:

**ՖՈՒՏԲՈՒԼ ՄԱՐԶԱԽԱՂԻ ՏԵԽՆԻԿԱԿԱՆ և ՏԱԿՏԻԿԱԿԱՆ ՀՆԱՐՔՆԵՐԻ ՈՒՍՈՒՑՈՒՄԸ
ՄԻՋԻՆ ԴԱՍԱՐԱՆՆԵՐՈՒՄ**

Պատանի ֆուտբոլիստների տեխնիկական² պատրաստությունը բարդ և տևական մանկավարժական գործընթաց է: Այն նախատեսում է որոշակի խնդիրներ, բովանդակություն և մեթոդներ, որոնք բազմամյա տարբեր փուլերում տարբեր են:

Սկզբնական պտրաստության փուլում ուսուցումն անհրաժեշտ է սկսել տեղաշարժերի տեխնիկայից՝ վազք, կանգառներ, շրջադարձեր և այլն: Դրան զուգահեռ երեխաները

Յուրացնում են ֆուտբոլի տեխնիկայի հիմունքները: Սկզբում ուսուցանվում են տեխնիկական տարրական հնարքները, հարվածները, կասեցումները, վարումները և այլն: Այդ հնարքները յուրացնելուց հետո պատանի ֆուտբոլիստները սովորում են ավելի բառդ հնառքներ:

ՈՒսուցման սկզբում բոլոր հնարքները կատարվում են տեղում: Քանի որ դեռ բավարար զարգացած չէ այս տարիքի երեխաների վերացական մտածողությունը, և գերակայում է կոնկրետ պատկերային մտածողությունը, ապա տեխնիկական հնարքներ ուսուցանելիս անհրաժեշտ է լավագույնս կիրառել գննական մեթոդը: Ուսուցանվող յուրաքանչյուր հնարք պետք է ցուցադրվի ճիշտ և հստակ: Այս փուլում գերադասելի է ուսուցման ամբողջական մեթոդը: Հետագայում անհրաժեշտության դեպքում, կարելի է շտկել շարժման առանձին մանրամասները:

Մասնագիտացման փուլում պատանի ֆուտբոլիստներն ավելի մանրակրկիտ են սովորում և հետագայում ամրապնդում նախորդ փուլում յուրացված տեխնիկական հնարքները: Այդ հնարքներից են ընթացքից հարված գնդակին, գնդակի նետում, խաբուսիկ շաչժումներ, գնդակի խլում: Տեխնիկական հնարքների ամրապնդման և հետագա կատարելագործման համար վարժությունները կատարվում են փոքր-ինչ բարդացված պայմաններում, ավելանում է համալիր վարժությունների ծավալը:

Սպորտային կատարելագործման փուլում տեխնիկական պատրաստականությունն ավելի է կատարելագործում: Տեխնիկական պատրաստականությունը ենթադրում է խաղի ընթացքում կիրառվող տեխնիկական հնարքների բազմազանությունը՝ արդյունավետություն, կայունություն և հուսալիություն: Գերակշռում են խաղային վարժությունները, որոնց կատարման ժամանակ անհրաժեշտ է ուշադրություն դարձնել դրանց արագությանը, արդյունավետությանը և գաղտնիությանը:

Տեխնիկական պատրաստությունն այս փուլում զուգահեռ է ֆիզիկական և տակտիկական պատրաստությունը:

Պատանի ֆուտբոլիստի տակտիկական պատրաստությունն իրականացվում է տարիներ շարունակ՝ յուրաքանչյուր փուլին հատուկ խնդիրներով, միջոցներով ու մեթոդներով:

Սկզբնական պատրաստության փուլում տակտիկական պատրաստության նպատակն է զարգացնել երեխաների այն ընդունակությունները, որոնք պայմանավորում են տակտիկական գործողությունների հիմքը և նպաստում տակտիկական գործողությունների ուսուցմանը:

Այդ նպատակով մարզումների ընթացքում կիրառում են տարբեր վարժություններ, խաղեր, փոխանցումավազքեր, շարժախաղեր, որոնք զարգացնում են երեխաների կեղմնորոշման ռեակցիայի և պատասխան գործողությունների արագությունը, ինչպես նաև մեկ գործողությունից մյուսին անցնելու կառուցվածությունը:

Մասնագիտական փուլում ուսուցանվում և ամրապնդվում են ֆուտբոլիստների: Անհատական և խմբային տակտիկական գործողությունները: Այդ գործընթացը նպատակահարմար է սկսել հետևյալ գործողությունների ուսուցումից՝ բացում, փակում, մրցակցի ուշադրության շեղում, գնդակի փոխանցում, շրջանցում:

Դրանց զուգահեռ՝ յուրացվում են խմբային հասարակ տակտիկ ական գործողություններ՝ զույգերով և եռյակներով: Սկզբնական շրջանում վարժություններն անհրաժեշտ է կատարել սովորական պայմաններում, որից հետո դրանք կարելի է բարդացնել: Այս փուլում ուսուցանվում և կատարելագործվում են նաև կոմբինացիաներ ստանդարտ իրավիճակներում: Մեծ ուշադրություն պետք է դարձնել տուգանային, անկյունային և ազատ հարվածների յուրացմանը: Սակայն ճիշտ կլինի մինչ այդ պատանի ֆուտբոլիստների համար անցկացնել տեսական պարապմունքներ, որպեսզի նրանք ծանոթանան խաղային ֆունկցիաներին, խաղացողների տաղաբաշխման և տեղաշարժման հիմունքներին՝ տակտիկական տարբերիամակարգեր կիրառելիս:

Տուգանային, ազատ և անկյունային հարվածների, այլ կոմբինացիաների և գործողությունների կատարելագործման նպատակով անհրաժեշտ է վարժությունների կատարման պայմաններն աստիճանաբար բարդացնել: Սկզբում վարժությունը պետք է կատարվեն առանց «մրցակցի», ապա՝ մրցակցի՝ պասիվ մասնակցությամբ, հետագայում՝ նրա ակտիվ խաղով:

Թիմային տակտիկական գործողությունների ամրապնդման ու կատարելագործման: Համար արդյունավետ են երկկողմանի, ուսումնական և ընկերական խաղերը: Սպորտոյին կատարելագործման փուլում կատարելագործվում են անհատական և խմբային հետագա

գործողությունները՝ որոշակի տակտիկական համակարգի շրջանակում:

Մարզումներն այս փուլում նպատակ ունեն պարապողներին սովորեցնել մրցումներում հնարավորինս ամբողջությամբ կիրառել իրենց տեխնիկական և ֆիզիկական կարողությունները, զարգացնել մեկ տակտիկական համակարգից:

Մյուսին անցնելու արագ նրանց ընդունակությունը: Դրան նպաստում են երկկողմանի ուսումնական, ընկերական, ստուգողական, և, հատկապես, պաշտոնական խաղերը:

Տակտիկական պատրաստականության մակարդակի բարձրացմանը նպաստում են նաև խաղի դիրքավորմանը և վերլուծությանը: Դա հնարավորություն է տալիս զարգացնել ֆուտբոլիստների ընդունակությունը՝ վերլուծել և սեփական, և ընկեր ներխաղը, որոնել ուղիներ ու միջոցներ՝ սխալների վերացման համար:

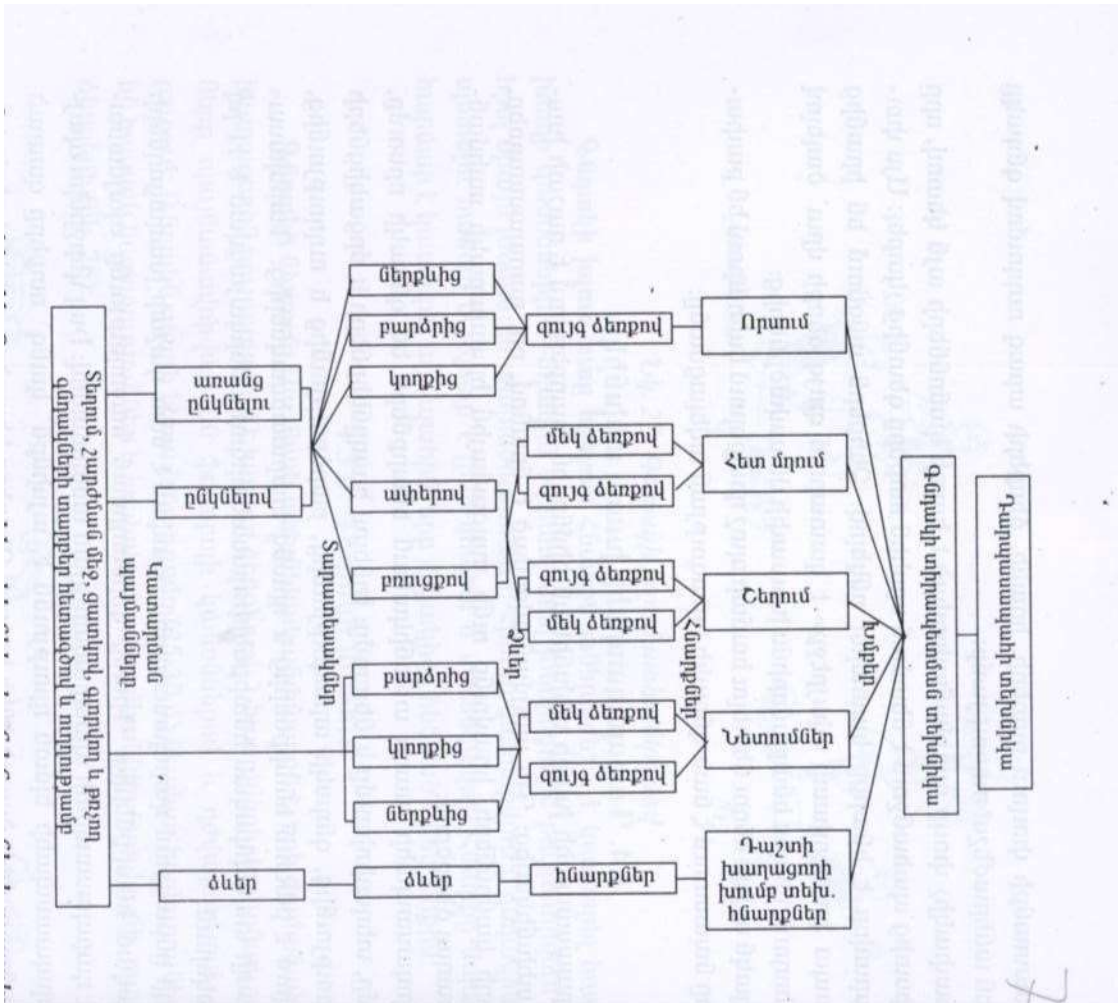
Նպատակահարմար են տակտիկական համակարգին սկզբում առանձին գոտիներում, իսկ հետո՝ ամբողջությամբ: Վարժությունների կատարման պայմանները պետք է բարդացվեն աստիճանաբար, մրցակցի պասիվ մասնակցությամբ, իսկ հետագայում՝ նաև ակտիվ խաղով:

Ֆուտբոլում տեխնիկական հատուկ հնարքների այն համալիրն է, որը գործադրվում է խաղն արդյունավետ վարելու համար: Տեխնիկական հնարքները խաղային որոշ խընդիրներ լուծող շարժողական գործողություն է: Յուրաքանչյուր տեխնիկական հնարք կարող է կիրառվել խաղային տարբեր իրավիճակներում, որով էլ պայմանավորված է դրանցից յուրաքանչյուրի կատարման եղանակը: Բարձր արդյունքի հասնելու համար: ֆուտբոլիստը պետք է լիարժեք տիրապետի տեղնիկական բոլոր հնարքներին և կատարման եղանակներին, կարողանա ժամանակին և արդյունավետ կիրառել խաղի տարբեր իրավիճակներում, տարբեր զուգակցություններով, մրցակցի անմիջական ազդեցության և ավելացող հոգնածության պայմաններում: Տարիների ընթացքում փոփոխվել և կատարելագործվել են տեխնիկական հնարքները: Դրան անմիջականորեն նպաստել են ֆուտբոլիստների ֆիզիկական պատրաստականության մակարդակի բարձրացումը, հարձակման և պաշտպանության տակտիկայի կատարելագործումը, խաղի կանոնների փոփոխությունը, ինչպես նաև ֆուտբոլի դաշտի, գնդակի և մարզակոշիկների որակը:

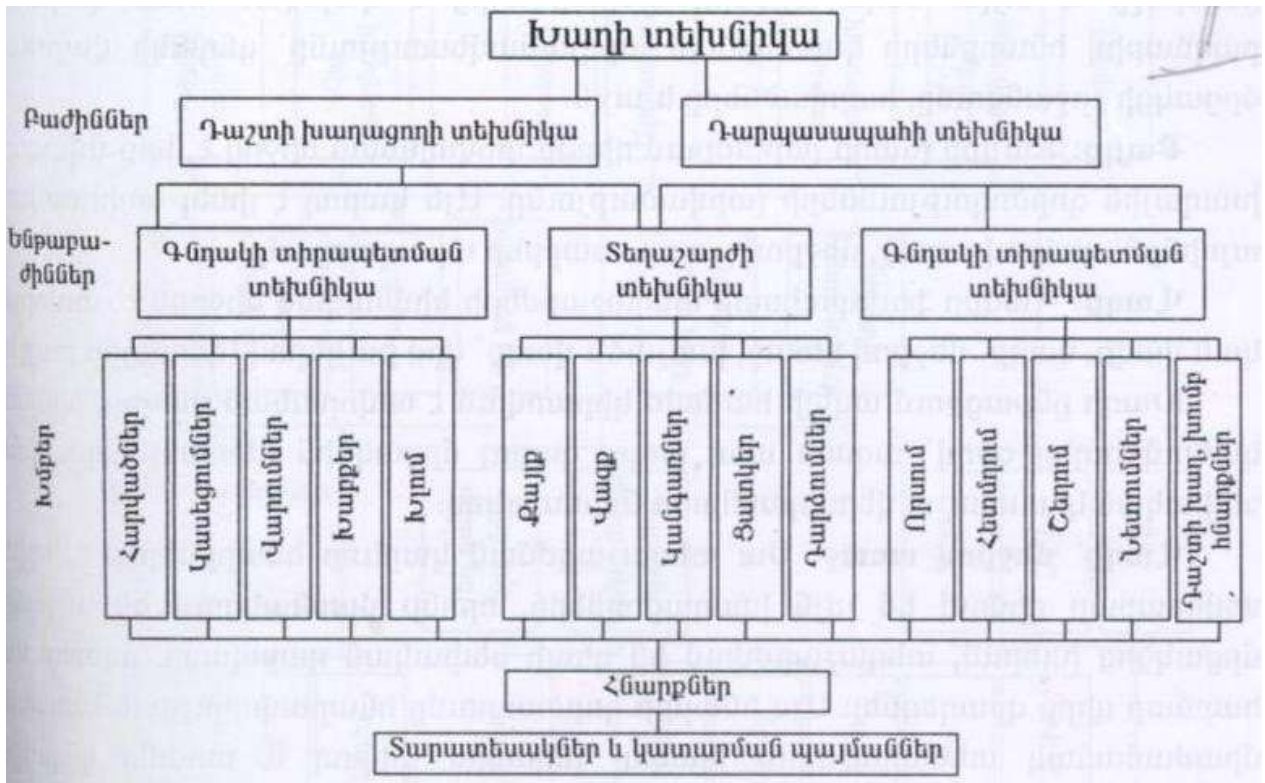
Յուրաքանչյուր տեխնիկական հնարքում կարելի է առանձնացնել 3 փուլ՝ նախապատրաստական, հիմնական և եզրափակիչ: Դրանք տարբերվում են շարժումների առանձնահատկություններով և մասնավոր շարժողական խնդիրներով: Նախապատրաստական փուլում մարզիկն ընդունում է ելման դրություն, որը հնարավորություն է ընձեռնում արդյունավետ լուծել շարժողական խնդիրը: Հնարքի կատարման հիմնական փուլում իրականացվում է կոնկրետ շարժողական խնդիրը, իսկ եզրափակիչ մասում պայմաններ են

ստեղծվում ասանակցելու հետագա խաղային գործողություններին:

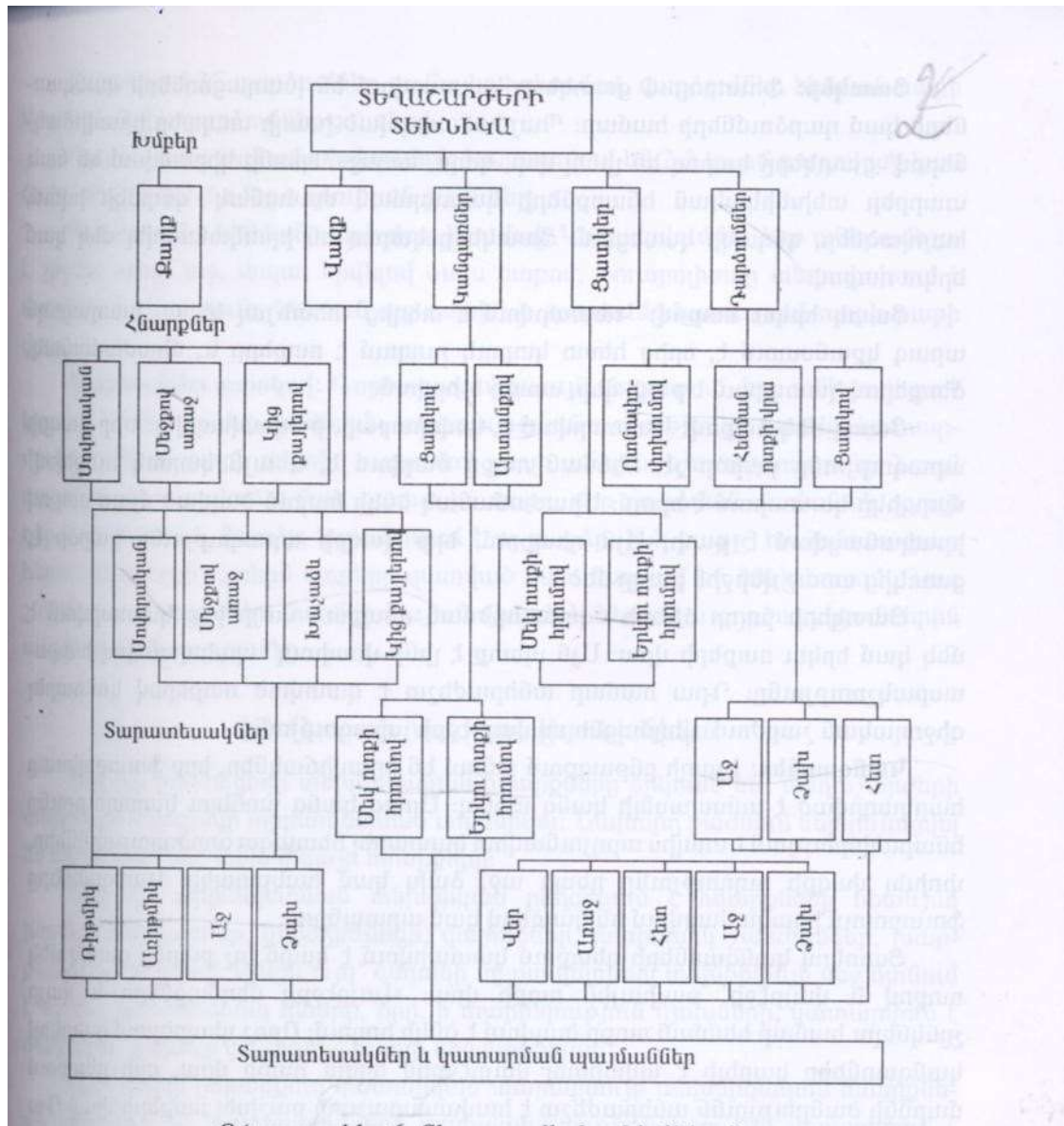
Հաշվի առնելով ֆուտբոլում գոյություն ունեցող տեխնիկական հնարքների մեծապալը և բազմազանությունը՝ դրանք դասակարգվում են հետևյալ սկզբունքով



Խաղի ընթացքում դաշտում տեղաշարժվելու համար ֆուտբոլիստը կիրառում է քայլի, վազքի, կանգառների, ցատկերի և դարձումների տարբեր հնարքներ:



Գնդակին հարվածը խաղը վարելու հիմնական միջոցն է: հարված գնդակին հնարքների դասակարգումը ներկայացված է աղյուսակ 3-ում:



Հարվածների բոլոր տեսակները նպատակաուղղված են և զանազանվում են գնդակի հետագծով, իսկ որոշ դեպքերում՝ առավելագույն արագությամբ: Գնդակի թռիչքի արագությունը պայմանավորված է հարվածի փուլի սկզբնական արագությամբ և գնդակին հպվելու ժամանակով: Քանի որ զանգվածների հակադեցությունը հարաբերականորեն մշտական է, ուստի գնդակի թռիչքի արագությունն ավելացնելու համար անհրաժեշտ է ավելացնել հարվածի պահիարագությունը:

Հարվածները կատարվում են հետևյալ հիմնական ձևերով՝ ոտնաթաթի ներսիմաստով, ոտնաթաթով, վերջինիս դրսի և ներսի մասերով, ոտնածայրով, կրունկով:

Հարվածները կատարվում են անշարժ, գլորվող, տարբեր ուղղությամբ թռչող գնդակին, տեղում, շարժման մեջ, ցատկով, շրջադարձերով և ընկնելով:

Վերը նշած շարժումների հաջորդականությունը բնորոշ է ոտքով հարվածների շատ տարատեսակների: Գնդակին ոտգով հարվածում են հիմնականում երկու ձևով՝ ուղիղ և կտրված /ընդհատ/ հարվածներով:

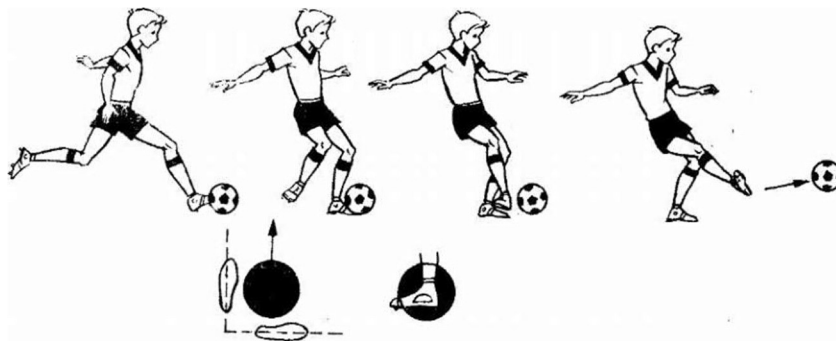
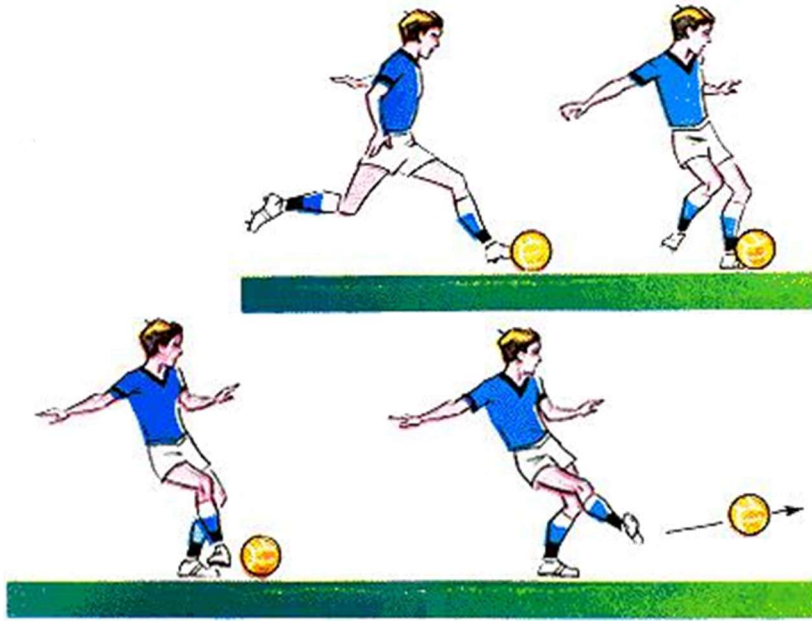
Գնդակի թռիչքի հետագիծն ուղիղ հարվածների ժամանակ պայմանավորված է Ուժի կիրառման տեղով: Երբ հարվածը դիպչում է գնդակի հորիզոնական հարթության միջնամասին, ապա գնդակը թռչում է ուղիղ և ներքևով: Այն դեպքում, երբ հարվածը հորիզոնական առանցքից ցածր էր, ապա փոխվում է գնդակի օդ բարձրանալու անկյունը/նկար 4; 4/1; 4/2; 4/3/:

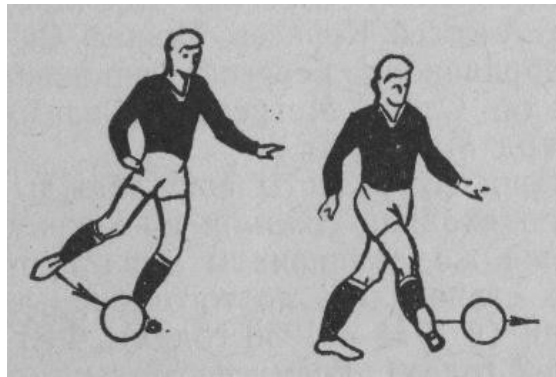


Рис. 46. Остановка подъёмом мяча, падающего сверху



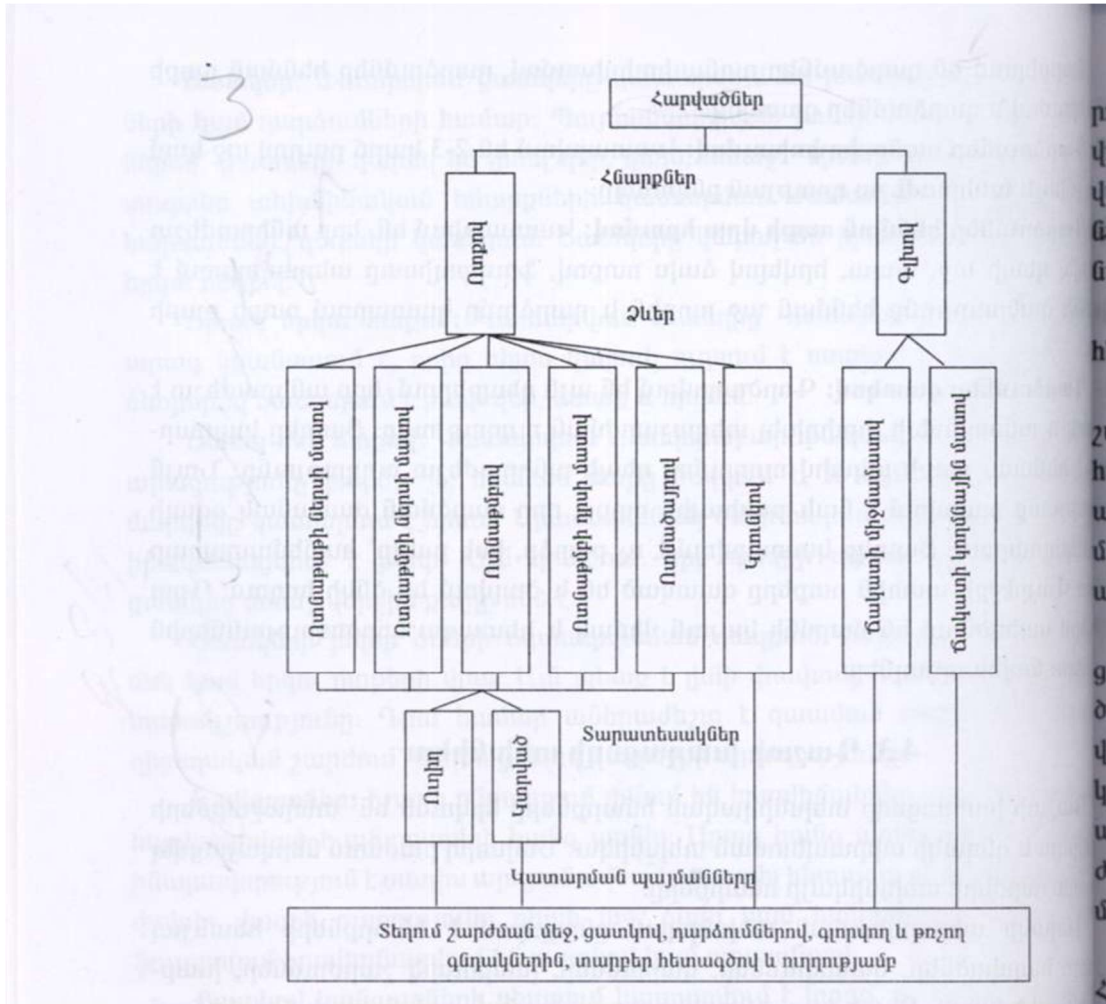
Рис. 47. Остановка внутренней стороной ступни мяча, летящего на высоте живота



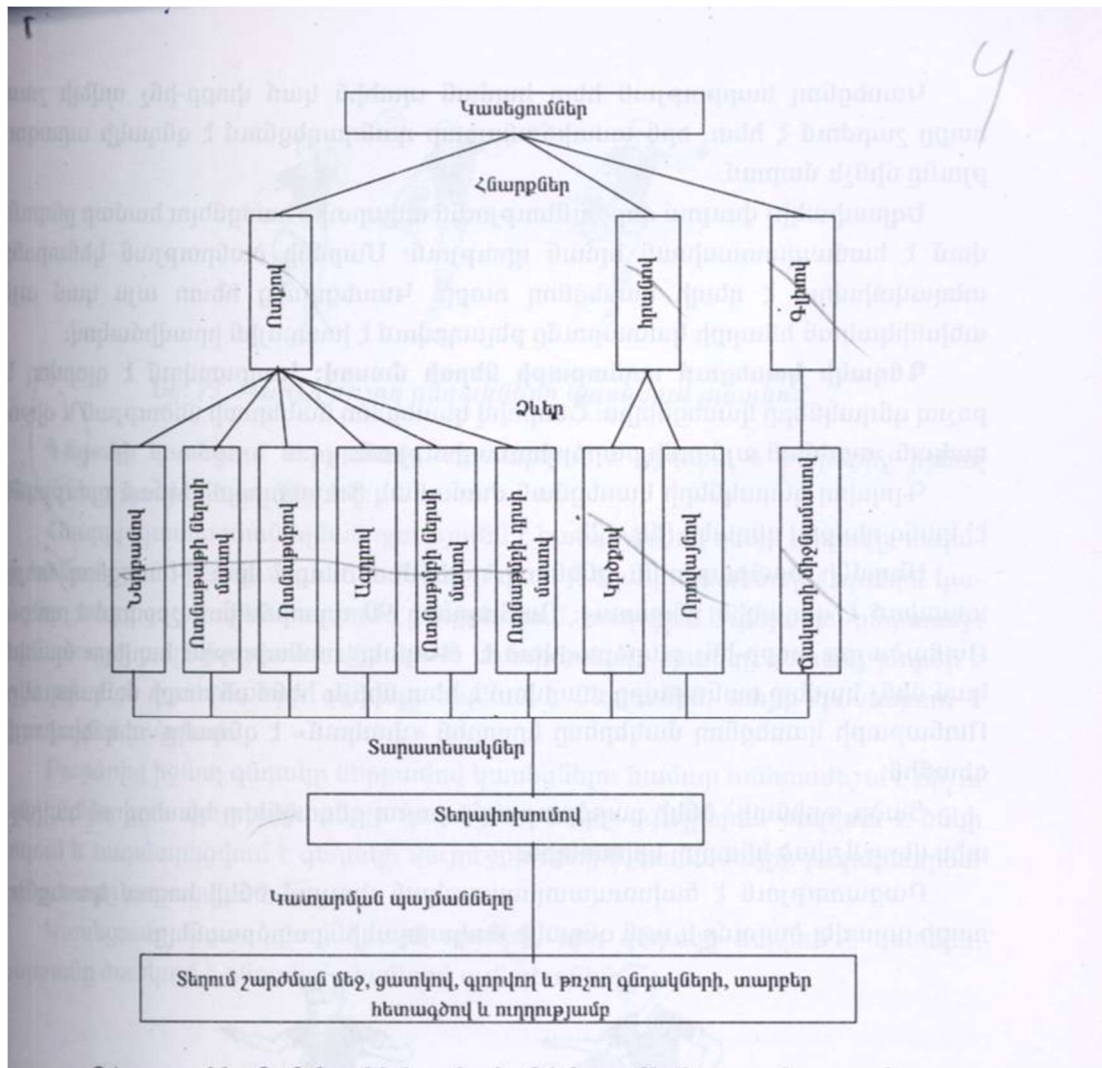


Կատեցումների նպատակը գլորվող և թռչող գնդակների արագությունը խոչնդոտել-մարելը և հետագա նպատակաուղղված գործողությունն է :“Գնդակի կատեցում” հասկացությունը որոշ դեպքում պետք է ընկալել որպես “Գնդակի մշակում ” կամ ” գնդակի ընդունում” : Այդ իսկ պատճառով , ու սումնասիրելով գնդակի կատեցման եղանակները, պետք է նկատի ունենալ, որ ֆուտբոլիստն ամբողջովին չի կատեցնում գնդակը, արլ հարմարեցնում է այն հետագա գործունեութ-յան համար /աղյուսակ — 4 /:

Գնդակի վարումը կարևոր տեխնիկական հնարքներից, որի շնորհիվ կատարվում են խաղացողների հնարավոր տեղաշարժերը, ընդ որում, գնդակը պետք է լինի նրանց հսկողության տակ: Գնդակը վարելու համար հիմնականում կատարվում են վազքեր, երբեմն նաև քայլք՝ տարբեր հերթականությամբ և ռիթմով /աղյուսակ-5/

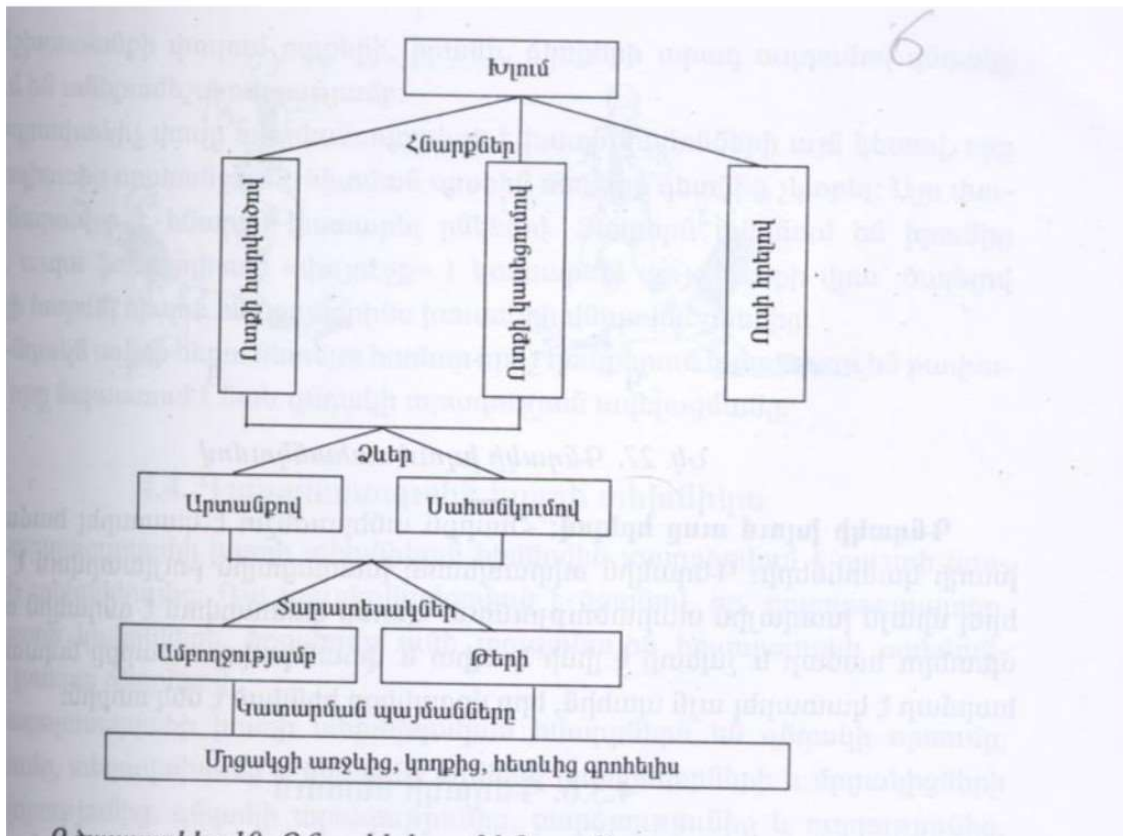
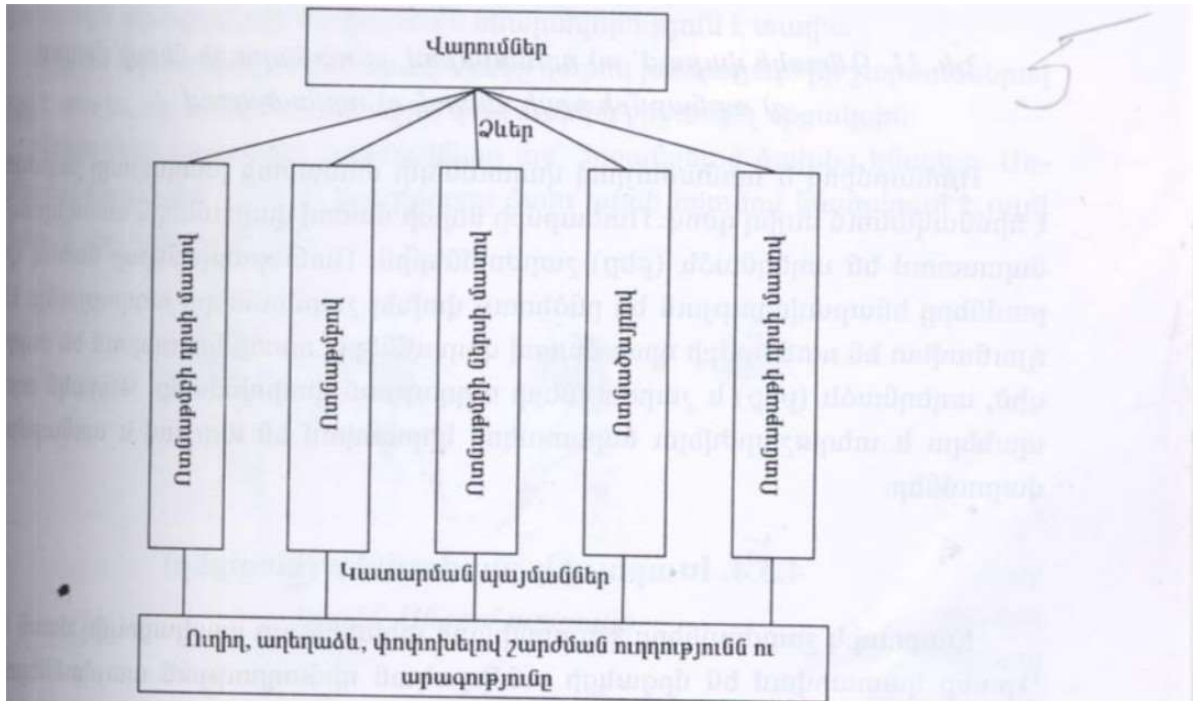


Գոյություն ունի գնդակը խլելու երկու տարբերակ՝ ամբողջությամբ և թերի:
 Գնդակի խլում հնարքների դասակարգումը ներկայացված է աղյուսակ 6-ում:



Դարպասապահի խաղի կեխնիկական հնարքներն են գնդակի որսումը, հետմղումը, Տեղափոխումը և նետումը:

Ելնելով խաղընկերների և մրցակիցների դասավորութ-յունից, գնդակի արագությունից, բարձրությունից և մրցակիցների դասավորութ-յունից, գնդակի արագությունից, բարձրությունից և ուղղությունից, սաօգտվում է բազում հնարքներից և դրանց տարատեսակներից: Դարպասապահի խաղի տեխ-նիկական հնարքների դասակարգումը ներտայացված է աղյուսակ- 7-ում:



ՊԱՇՏՊԱՆՈՂԱԿԱՆ ՏԱԿՏԻԿԱՆ ՖՈՒՏԲՈՒՄ

Պաշտպանությունում թիմի խաղի հիմնական նպատակը կայանում է հակառակորդին խաղային տարածությունում առավելությունից զրկելու և մոտ տարածությունից դարպասին նշանառու հարվածներ կատարելու մեջ: Դրա համար անհրաժեշտ է հակառակորդի համար ապահովել ամուր պահառություն, խախտել նրա փոխազդեցությունը և ինչքան կարելի է արագ վերադարձնել իրենց գնդակի վերահսկողությունը:

Պաշտպանության հուսալի կազմակերպումը էական ազդեցություն է ունենում հարձակողական գործողությունների վրա ինչքան այն հուսալի է, այնքան ավելի շատ են գնդակը խլելու և հակագրոհային գործողություններին անցնելու հնարավորությունները:

Ավելի հաճախ կիրառում են պաշտպանության ակտիվ եղանակը: Հակառակորդի կիսադաշտում գնդակը կորցնելով բոլոր խաղացողներն արագ անցնում են պաշտպանական գործառույթի կատարմանը, ձգտելով խլել գնդակը հակառակորդի կողմից հարձակման կազմակերպման ամենասկզբում կամ կասեցնել նրա հարձակման զարգացումը՝ փորձելով դրանով ժամանակ շահել, որն անհրաժեշտ է իրենց պաշտպանական դիրքերը պաշտպանների վերադարձի համար: Պաշտպանության տակտիկական խնդիրները լուծվում են անհատական, խմբային և թիմային գործողությունների օգնությամբ:

Պաշտպանությունում խաղի համակարգերը

Պաշտպանությունում թիմային գործողությունները կազմակերպվում են խաղի որոշակի տակտիկական համակարգեր: Կիրառվում են պաշտպանության անձնային, գոտիական և համադրված համակարգեր: Այս եղանակներից յուրաքանչյուրին բնորոշ է հակազդեցության տարբեր սկզբունքներ և գործողությունների կազմակերպման մի քանի տարբերակներ: Այս տարբերությունները կախված են հարթակից, որի վրա ընթանում է հակառակորդի հետ պայքարը, և պաշտպանվողների ակտիվությունից: Սրանից կախված կարելի է առանձնացնել համակարգերի երկու հիմնական տարբերակ:

Կենտրոնացած պաշտպանություն: Այն կիրառում են դարպասներից անմիջական հեռավորությամբ: Պաշտպանները ամուր հսկում են գնդակին տիրող խաղացողին և բոլոր մյուս խաղացողներին, ովքեր ձգտում են ստանալ գնդակը: Հսկողության ամրությունը մեծանում է ըստ դարպասին և գնդակին մոտեցման:

Ապակենտրոնացված պաշտպանություն: Այս տարբերակը կիրառում են իրենց

որչ կիսադաշտում և հակառակորդի կիսադաշտում: Պաշտպանվողները ակտիվ գործունեություն են ծավալում գնդակին տիրող խաղացողի և հարձակվողի դեմ, ովքեր պատրաստ են գնդակն ստանալ ցանկացած գոտում:

Անձնական պաշտպանություն: Այս համակարգի էությունը կայանում է նրանում, որ պաշտպանվող թիմի յուրաքանչյուր խաղացող հսկում է հակառակորդ թիմի որևէ խաղացողի և վերահսկում է նրա գործողությունները անկախ նրանից, թե նա գնդակով է խաղում, թե առանց գնդակի: Ժամանակակից ֆուտբոլում անձնական պաշտպանությունը հատկապես լայնորեն կիրառվում է տեխնիկապես ուժեղ ֆուտբոլիստների դեմ, հետապնդելով գնդակը ստացման պահին խլելու նպատակ:

Պաշտպանության այս եղանակը ունի մի շարք դրական կողմեր: Դրանց կարելի է դասել անհատական բարձր պատասխանատվությունը և յուրաքանչյուր հարձակվողի դեմ ակտիվ պայքարը, թիմի ուժերի ռացիոնալ օգտագործումը: Որոշ թերություններին էկարելի է դասել հարձակման զարգացման և ավարտման նպատակով վտանգավոր գոտուց ազատվելու հնարավորությունը, պաշտպանողի նկատմամբ հարձակվողի առավելության դեպքում անհատական խաղի տարման վտանգը, և վերջապես, գնդակին տիրելուց հետո ճեղքման արագ կազմակերպման և փոխապահովության դժվարությունը:

Գոտիական պաշտպանություն: Պաշտպանության կազմակերպման այս եղանակի դեպքում դաշտի սեփական կեսը բաժանվում է որոշակի գոտիների, որոնցից յուրաքանչյուրը զբաղեցնում է պաշտպանը: Պաշտպանության նման կազմակերպման դեպքում ամբողջ ուշադրությունը կենտրոնանում է կոնկրետ խաղացողի, ոչ թե գնդակի վրա: Պաշտպանվողների գործողությունները ուղղված են նրան, որպեսզի հարձակվողներն գրվեն խաղային տարածությունում առավելությունից հատկապես տուգանային հրապարակի մոտ: Գործելով սահմանված գոտիներում պաշտպանվողները հակազդում են հակառակորդի ցանկացած խաղացողի, ով հայտնվում է այդ գոտում:

Գոտիական պաշտպանության արժանիքները - այդ փոխգործակցությանները և քանակական առավելություն ստեղծելու համար լավագույն պայմանները հիմնականում ուղղված են հակառակորդի հարձակմանը՝ պաշտպանությունից հարձակման արագ անցում:

Գոտիական պաշտպանության թուլությունները՝ առանձին գոտիներում հակառակորդի քանակական առավելության հնարավորություն, հարձակման եզրափակման համար խոցելի հատվածների առկայություն, հակառակորդի կողմից գնդակը ազատ ստանալու հնարավորություն, հակառակորդի ուժեղագույն խաղացողների

գործողությունների անձնական պատասխանատվության բացակայություն:

Պաշտպանության գոտիական համակարգը հաջողությամբ կիրառվում է առավելապես արագ հարձակվող թիմերի նկատմամբ, և այն դեպքում, եթե հակառակորդի մոտ բացակայում են արագ խաղացողները, որոնք տիրապետում են շրջանցման և եզրափակիչ հարվածի անհատական բարձր վարպետությանը: Գոտիական պաշտպանության դեպքում կիրառվում են $1 + 3 + 2 + 4$, $1 + 3 + 3 + 3$, $4 + 2 + 4$, $4 + 3 + 3$, $4 + 4 + 2$ դասավորությունները:

Համադրված պաշտպանություն: Պաշտպանության կազմակերպման այս ձևը առավել տարածված է: Նրա էությունը կայանում է անձնական և գոտիական պաշտպանության սկզբունքների միաժամանակյա կիրառության մեջ թիմի որոշ խաղացողներ անձնապես պատասխանատու են որոշակի հակառակորդների համար, իսկ մյուսները գործում են նախատեսված վայրերում: Կախված իրադրությունից՝ խաղացողները կարող են անցնել գոտում անձնական պահման խաղի և հակառակը: Այս կամ այն սկզբունքով գործող խաղացողների քանակը կախված է պաշտպանվող թիմի խնդիրներից:

Տարբերում են համադրված պաշտպանության մի քանի տարբերակներ՝

1. Երեք պաշտպանները հսկում են երեք հարձակվողներին, չորրորդ «ազատ» պաշտպանը խաղում է իր խաղընկերների հետևի գոտում, ապահովելով նրանց պաշտպանությունը: Պաշտպանությունում նման խաղը զրկում է հարձակվողներին ազատ խաղային տարածությունից և թևերից կամ դաշտի կենտրոնից տուգանային հրապարակի գոտի երկար տարածությունների փոխանցումների կատարումով առավելության ստեղծումից: Դա հատկապես նվազեցնում է հակառակորդի հարձակման արդյունավետությունը և դժվարացնում է թևերում խաղացողների գործողությունները:

. Երկու կենտրոնական պաշտպանները տեղաբաշխվելով գծի վրա գործում են իրենց համար նախատեսված գոտիներում, իսկ երկու եզրայինները իրականացնում են եզրային հարձակվողների անձնական հսկողությունը: Նման համակարգի դեպքում կենտրոնական պաշտպանը ապահովում է ձախ եզրային և աջ կենտրոնական պաշտպաններին և հակառակը: Միջին գոտում խաղի ժամանակ հակառակորդին տրվում է գործողությունների ազատություն և խաղային տարածություն: Ըստ տուգանային հրապարակի մոտեցման չափի պաշտպանվող թիմի բոլոր խաղացողները գոտիական եղանակից անցնում են հարձակվողների անձնական ամուր հսկողության:

Պաշտպաններն ու կիսապաշտպանները անձնապես «պահում են» գնդակին մոտակա հարձակվողներին, իսկ գնդակից հեռու խաղացողներին հսկում են

համապատասխան գոտիները:

Պաշտպանության համադրված համակարգի ուժեղ կողմը կայանում է հակառակորդի ուժեղ խաղացողների ուժեղ հսկողության և հարձակման գլխավոր ուղղությունում քանակական գերազանցության ստեղծման համադրությամբ: Սրա ուժով համադրված պաշտպանությունը տարբերվում է առավել կայունությամբ և դրանց հաղթահարման համար պահանջվում է հարձակման ավելի բարդ մարտավարություն

ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆ

Հետազոտական աշխատանքը կատարելիս՝ հիմնվել եմ դպրոցում առկա ուսումնական ձեռնարկներից և համացանցում առկա հասանելի նյութերից ինչպես նաև արտացոլել եմ սեփական փորձը: Ինչպես տեսանք հետազոտության ժամանակ, ֆուտբոլի տեխնիկական և տակտիկական հնարքների ուսուցումի իրականացվում է և տեսալսողական և գործնական կիրառման տարբերակներով: Տեսալսողական տարբերակում կիրառվում է տեսաֆիլմերի և ուսուցչի կողմից ցուցադրման եղանակներով: Գործնական տարբերակում տեխնիկական և տակտիկական հնարքների ուսուցումը իրականացվում է գործնական պարապմունքների և մրցույթների ընթացքում: Տեսաֆիլմերի, ուսուցչի կողմից ցուցադրման, ինչպես նաև գործնական պարապմունքների ժամանակ տեխնիկական և տակտիկական կիրառման մեթոդները բավականին հաջող հնարավոր է լինում կատարել դպրոցի պայմաններում: Որոշակի ներդրոցական մրցումներ նույնպես կազմակերպվում է դպրոցի պայմաններում, բայց տեխնիկական և տակտիկական հնարքների ուսուցումը ավելի արդյունավետ դարձնելու համար բավականին մեծ խթան կհանդիսանա ֆուտբոլային մրցումների ավելի շատ կազմակերպումը: Վերջինս նաև հնարավորություն կընձեռի ի հայտ բերել լավագույն երեխաներին, որն էլ նպաստի Հայաստանում ֆուտբոլի զարգացմանը:

ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՑԱՆԿ

Ֆուտբոլիստների ֆիզիկական պատրաստությունը.- Եր.:Յեդինակային հրատարակչություն, 2007-102 էջ Նիկոյան Մուշեղ Էդուարդի

Պատանի ֆուտբոլիստների ֆիզիկական պատրաստության առանձնահատկությունները: Ուս. Ձեռնարկ/ Մ.Է.Նիկոյան.-Եր.:Յեդ. հրատ., 2014-112 էջ:

Յակոբյան Ս.Ս., Չատինյան Ա.Ա. Ֆուտբոլ: Դասագիրք.- Եր.: «Էդիթ Պրինտ», 2004, 261 էջ:
Գրիգորյան Ա.Ա.

Ֆուտբոլ, պատանի ֆուտբոլիստների պարապմունքների կազմակերպման առանձնահատկությունները: Մենագրություն, Եր.: Յեդինակային հրատարակչություն, 2005թ.- 84 էջ: