

ОБЕКТИВИЗИРАНЕ НА ДВИГАТЕЛНАТА АКТИВНОСТ НА ЕЛИТНИ ФУТБОЛНИ СЪДИИ

Йордан Иванов

Минно-геоложки университет "Св. Иван Рилски", 1700 София

РЕЗЮМЕ: Футболното съдийство като неделима част от играта футбол е изключително важен фактор за нейното усъвършенстване и развитие. Футболният съдия трябва да притежава комплекс от качества, които проявява при изключително специфични, сложни и екстремални условия на футболното състезание.

Ето защо смятам, че изключително важна роля за изграждането и развитието на елитния съдия в условията на интензификация на съвременния футбол играе физическата кондиция, която пряко корелира с двигателна активност и нейното обективизиране.

Целта, която си поставяме в нашето изследване е чрез съвременна методика (електронна) GPS – система – "Forerunner" и пулстестери да отчетем и анализираме основни параметри в двигателната активност на футболните съдии като: бегова дейност, скорост, характер на натоварването, структурата и видове бягане, енерго обезпечаване и др.

Обект на изследването бяха елитни съдийски екипи на контролни и срещи от "А" РФГ.

В този смисъл проблемът за обективизиране на двигателната активност на елитни съдии е актуален предмет за много научно-методични разработки и за изграждане на система за тренировка, контрол и оценка за подготовеността на съдиите.

OBJECTIFICATION OF THE MOTIVE ACTIVITY OF ELITE FOOTBALL REFEREES

Yordan Ivanov

University of Mining and Geology "St. Ivan Rilski", 1700 Sofia

ABSTRACT: The football judges as an inseparable part of football game is an exceptionally important factor for its further improvement and development.

That is why I think that the exceptionally important role for the build-up and development of an elite referee in the conditions of intensification of the modern football plays the physical condition, which is directly correlated with the motive activity and its objectification.

The purpose we have set for our study is through a modern methodology (electronic) GPS system "Forerunner" and pool testers to assess and analyze main parameters in the motive activity of football referees.

Object of the study were elite judge teams in control matches and matches in "A" PFG.

In this sense the problem for objectification of motive activity of football referees is a topical subject for many scientific and methodological works and for the construction of system for training, control and assessment of preparedness of judges.

Футболното съдийство като неделима част от играта футбол е изключително важен фактор за нейното развитие и глобализиране. Футболният съдия трябва да притежава комплекс от качества, които да проявява в изключително специфични и екстремални условия на футболното състезание.

Ето защо, като като изключително важен фактор за изграждането на футболния съдия играе физическата кондиция, която обуславя двигателната активност.

За да можем да дадем по-достоверна оценка и направим съдържателен анализ на изследвания проблем, ние първо трябва да поясним що е то двигателна активност и параметрите, които обуславят нейното обективизиране.

Двигателната активност на футболните съдии като ключови думи, включват целия обем от двигателни действия извършвани от съдиите по време на футболните срещи. Като някои основни показатели, които характеризират тази дейност са:

- беговата дейност включваща структура, характер и скорост на придвижване;

- величина и характер на функционалното натоварване и неговото енергообезпечаване.

В тази уводна част ще дадем някои примери и осреднени данни от наши спортно-педагогически наблюдения и изследвания на наши колеги, работещи в тази област като постулираме един основен принцип – "Топката в движение". В съвременния футбол с неговата изключителна динамика и заряд, задължават съдията да се движи активно и да не изостава от игровата ситуация. Недостатъчната физическа подготовка и бързата умора води до значително увеличаване процента на отсъжденията от разстояние повече от 20 m. Добрите съдии трябва винаги да бъдат в близост до игровите действия, да работят в екип и при новите тактически особености на играта (играта в линия, пасивната засада и др.) те се доближават до двигателната активност на футболистите, а понякога и я надвишават.

Например бившият съдия № 1 в света П. Колина (Италия) на Европейската квалификация България – Белгия е извършил обем двигателни действия 11 400 m., като 2 800 m. от тях са ходом и 8 600 m. – с различни

видове бягане и близо 1 100 промени на посоката, завъртания и др., а за асистенти 960 бр. (по изследване на проф. Д. Пармаков). По данни на G. Bauer (1993 г.) пък Румениге в една от срещите за "Интер" (Милано) преминава около 9 100 m. като от тях 4 460 m. са ходене, 2 100 m. са леко бягане, 890 m. са ускорено бягане и 544 m. са спринтово бягане.

Краткият анализ показва, че съдиите преминават в ходом разстояния два пъти по-малко отколкото играчите.

Изхождайки и провокирани от фактологичния материал, ние си поставихме за цел да обективизираме отчасти

двигателната активност на елитни футболни съдии (главни и помощници), като изследваме тяхното движение (обем, структура, характер и енергоосигуряване).

Обект на изследването са съдиите на срещите за първенство на "А"- ПФГ ("ЦСКА" – "Черноморец"), главен съдия – Станислав Ставров и помощник съдия – Тихомир Боболов и контролна среща между отборите на "ЦСКА" и "Академик", София – главен съдия – Иван Ангелов и помощник съдия – Мартин Венев и техните показатели описани в табл. 1.

Таблица 1.

Обект и показатели на изследването

Съдия име/функция	S общо	V над 20 km/ч	V 10-20 km/ч	V до 10 km/ч	V max	V Ср.	Пулс Хх	Пулс Х ср.
Станислав Ставров главен съдия	12 000 m	990 m	4 600 m	6 410 m	26, 9 km/ч	7, 4 km	186 уд/min	159 уд/min
Тихомир Боболов помощник съдия	5 7600 m	93 m	1 444 m	4 223 m	21 km/ч	3, 7 km	173 уд/min	143 уд/min
Иван Ангелов главен съдия	11 350 m	852 m	5 347 m	5 151 m	23, 15 km/ч	7, 5 km	192 уд/min	155 уд/min
Мартин Венев помощник съдия	6 090 m	786 m	2 105 m	3 199 m	17, 2 km/ч	3, 9 km	149 уд/min	115 уд/min

Методика на изследването

За изследване на двигателната активност и ЧСС – като основни показатели за обективизиране на съдийския процес по отношение на физическата кондиция, бе използвана съвременна електронна методика – GPS система "Foregunner" и пулсомери. Като системата и пулсомерите се поставят след замяната, непосредствено преди началото на футболните срещи и остават включени по време на паузата между полувремената.

Анализ на получените резултати и експертна оценка от спортно-педагогическото наблюдение.

Независимо от различията в генотипните и фенотипни фактори, които влияят върху съдиите се забелязва тенденцията, че натоварването на футболните съдии в срещите се извършва предимно в смесен режим на работа. От табл.2 (Г. Игнатов, доц. В. Гилова, д-р – "Изследване на функционалното натоварване на футболни съдии по време на официални срещи") се вижда, че средният пулс на съдиите в аматьорския футбол достига до 159,69 уд./min., а тези в професионалния до среден пулс 164, 54 уд./min.

Двигателната активност на главните съдии се движи от 9-13 km., като спринтовото бягане варира от 600-1000 m. бягането назад 1 200- 1 500 m. ходене – 2 000 – 3 000 m. Като пулсовата честота на 70 % варира от 140 – 200

уд./min. Обема на натоварването на помощник съдиите като показател за тяхната двигателна активност се проявява през целия мач, между 5 – 8 km. като спринтовото бягане е 200 – 600 m., бягането назад 160 – 300 m., страничното бягане е 500 – 700 m. и ходенето 800 -1 335 m.

Помощник съдиите, особено в България имайки в предвид и важността и динамиката на съответната среща, стоят на едно място ≈ 15 -20 min.

В резултат на извършената изследователска дейност, направените спортно-педагогически наблюдения и сравнителни анализи, можем да обобщим и извлечем следните изводи и препоръки за практиката:

1. Високият обем двигателна дейност на съдиите в професионалния футбол протича преобладаващо в смесен режим на енергообеспечаване (аеробно-анаеробен);

2. Порасналите отговорности, характера на състезателното натоварване и структурата на движение изисква диференциран подход в цялостната подготовка на помощник съдиите с акцент фартлеково бягане, стартова бързина, повратливост и упражнения с определена координационна сложност;

Таблица 2.

Сравнителен анализ на изследваните показатели по време на срещи от професионалния и аматьорски футбол

№	показател	Срещи от професионалния футбол			Срещи от аматьорския футбол			d	t	P(t)
		n ₁	X ₁	S ₁	n ₂	X ₂	S ₂			
1	Пулс I полувреме	8	164,88	16,03	7	161,39	10,53	3,49	0,49	36,77
2	Пулс през почивка	8	122,62	22,84	7	122,22	12,76	0,40	0,04	3,19
3	Пулс II полувреме	8	156,40	14,85	7	151,70	8,59	4,70	0,73	52,42
4	I зона – аеробна работа	8	10,58	9,32	7	14,14	12,92	-3,57	0,62	45,39
5	II зона – аеробно-анаеробна работа	8	35,33	16,99	7	48,83	22,89	-13,50	1,31	78,68
6	III зона – анаеробна-аеробна работа	8	32,40	15,21	7	29,43	20,63	2,97	0,32	24,63
7	IV зона – анаеробна работа	7	24,74	23,59	5	10,54	11,23	14,20	1,24	75,57

3. В много от срещите съдиите извършват по-голяма двигателна дейност и преминават в ходом разстояния два пъти по-малко отколкото футболистите. Ето защо общите и темпови възможности са от особена важност за съдиите;

4. Съчетаването на множеството придвижвания с около 1 000 на брой допълнителни детайли (обръшания, бягане назад и др.) обуславят двигателната активност не само като голяма, но и с определена координационна сложност, с което трябва да се съобрази учебно-тренировачния процес.

Надяваме се, че направените изводи и препоръки към практиката ще подпомогнат инструкторите, треньорите и самите съдии за оптимизиране на учебно-тренировачния и състезателния процес, касаещ тяхната физическа кон-

диция, като важна страна в тяхната комплексна подготовка.

Литература:

1. Иванов, Й. – “Анализ на ръководството на водещи съдии в мачове от ЕВРО’ 2004г. – “Спорт и наука”, 6/2004 г.
2. Пармаков, Д., М. Мадански, Й. Иванов, Г. Игнатов – “Особености на функционалното и психичното натоварване и специфичната работоспособност на футболните съдии” - “Спорт и наука”, 3/2007 г.
3. Игнатов, Г., доц. В. Гигова, д-р - “Изследване на функционалното натоварване на футболни съдии по време на официални срещи” - “Спорт и наука”, 4/2008 г.
4. Бъчваров, М. “Спортология” – София, 2003 г.

Препоръчана за публикуване от катедра „Физкултура“,
Хуманитарен департамент