



ИГРОВИЯТ ПОДХОД КАТО СРЕДСТВО ЗА ОПТИМИЗИРАНЕ ИЗЯВИТЕ НА ПОДРАСТВАЩИ ФУТБОЛИСТИ

Стоян Денев

Великотърновски университет „Св. св. Кирил и Методий“

DOI: 10.54664/MCDX1752

Резюме: Статията разглежда игровия подход като ефективно средство за оптимизиране изявите на подрастващите футболисти в съвременния тренировъчен процес. В условията на повишени изисквания към подготовката на младите състезатели игровият подход се анализира като педагогически ориентирана рамка, при която обучението се осъществява чрез представителни игрови ситуации, близки до реалната състезателна дейност. Акцентът е поставен върху възможностите на игровите ситуации и малките игрови формати за развитие на вземането на решения, поведението без топка, комуникацията и взаимодействието в отбора, емоционалната регулация и игровата дисциплина. Анализът показва, че чрез целенасочено модифициране на игровите условия се създават предпоставки за функционално усвояване на игровите принципи и за устойчиво пренасяне на придобитите умения в състезателни условия. Разгледана е и ролята на треньора като педагог и фасилитатор на игровата среда, чиято намеса се реализира предимно по индиректен път. В заключение игровият подход се утвърждава като научно обоснована методическа рамка за цялостно развитие на подрастващите футболисти.

Ключови думи: *игрови подход, подрастващи футболисти, малки игрови формати, вземане на решения, игрово поведение, футбол.*

ВЪВЕДЕНИЕ

Подготовката на подрастващите футболисти изисква комплексен педагогически подход, който отчита не само техническо-тактическите аспекти на играта, но и психо-емоционалните, социалните и поведенческите характеристики на състезателите. Все по-често ограничаването на тренировъчния процес до изолирано усвояване на технически елементи се разглежда като недостатъчно ефективно за постигане на устойчива игрова изява в състезателни ус-

ловия. Педагогическите подходи във физическото възпитание и спорта подчертават значението на адаптирането на учебната среда и осигуряването на разнообразие от двигателни дейности като предпоставка за активно участие и социализация на учащите. Чрез обезпечаване на равен достъп и създаване на условия за включване се подпомага интеграцията на различни групи учащи в образователния процес (Беломъжева-Димитрова, 2025). На тази основа игровият подход се утвърждава като педагогическо средство за създаване на условия за активно участие и включване в учебно-тренировъчния процес. Според Алексиева и Петкова „Игровият подход в обучението представлява педагогически ориентиран метод, при който обучението се осъществява чрез представителни игрови ситуации, близки до реалната игра, с цел развитие на тактическо разбиране, вземане на решения, игрово поведение и мотивация, съобразени с възрастовите и психо-двигателните особености на децата“ (Алексиева, Петкова, 2023). При този подход играта функционира като основно средство за обучение, а трениорът насочва процеса чрез модифициране на игровите условия (пространство, правила, брой участници), вместо чрез изолирано техническо трениране. Това позволява естествено усвояване на игровите принципи и подпомага цялостното развитие на младите футболисти (Bunker, Thorpe, 1982; Harvey, Jarrett, 2014). Fernández-Espínola et al. (2020) предоставят научни доказателства, че малките игри са ефективен методически ресурс за преподаване на отборни спортове при деца и юноши.

В този контекст игровият подход се утвърждава като средство, което създава условия за обучение и развитие в среда, максимално близка до реалната игрова дейност. Чрез него се осигурява интегрирано въздействие върху различните компоненти на подготовката, като се акцентира върху поведението на състезателите в конкретни игрови ситуации.

МЕТОДОЛОГИЯ

Цел на изследването

Целта на настоящата статия е да се анализира ролята на игровия подход като средство за оптимизиране изяви на подрастващи футболисти чрез въздействие върху игровото поведение, вземането на решения, взаимодействието в отбора и емоционалната устойчивост.

Задачи на изследването

За постигане на поставената цел се формулират следните задачи:

1. Да се обоснове значението на игровия подход в подготовката на подрастващи футболисти.
2. Да се идентифицират основните проблеми в игровата изява на подрастващите футболисти.
3. Да се анализират възможностите на игровите ситуации като средство за корекция и развитие на игровото поведение.
4. Да се очертае ролята на трениора при прилагането на игровия подход.

Изследването е с теоретико-аналитичен характер и се основава на:

- анализ на научна и методическа литература, свързана с игровия подход и подготовката на подрастващи спортисти;
- обобщаване на добри практики от тренировъчната и състезателната дейност във футбола;
- логически анализ и синтез на наблюдавани игрови прояви при подрастващи футболисти в тренировъчна и състезателна среда.

Методологичната рамка е ориентирана към качествен анализ на игровото поведение без използване на количествени измервания.

РЕЗУЛТАТИ

Игровият подход и вземането на решения в игрова среда

Чрез прилагането на игрови ситуации с различна степен на сложност се създават условия за развитие на способността за вземане на решения в динамична среда. Ограниченията във времето, пространството и броя на участниците стимулират бързата ориентация и адекватния избор на игрови действия. Игровият подход, предложен от Митрева (2022), акцентира върху ситуационни и учебно-тренировъчни игри с ясно дефинирани задачи, които насърчават тактическата адаптивност и бързото вземане на решения. В този контекст Алексиева подчертава, че „уменията за игра в малки пространства и бързо вземане на решения са фундаментални“ (Алексиева, 2024). По този начин корекцията на допуснатите грешки се осъществява в рамките на самата игра, без да се нарушава нейната цялост и ритъм.

Развитие на поведението без топка чрез игрови ситуации

Игровият подход създава предпоставки за целенасочено развитие на поведението без топка – ключов елемент за ефективността на отборната игра във футбола. Подобно на други двигателни дейности, игровите ситуации във футбола създават условия не само за физическо развитие, но и за формиране на когнитивни и регулаторни умения, необходими за адаптиране към динамична среда и за последващо усвояване на по-сложни игрови действия (Видиновски, 2025). Чрез структурирани игрови формати се стимулират активното движение, адекватното позициониране и търсенето на оптимални пространства в зависимост от конкретната игрова ситуация. Особено чрез малки игри (small-sided games) се създават условия за развитие на умения за освобождаване от противников контрол, правилно позициониране и активно търсене на свободни пространства в съответствие с поставените игрови задачи (Clemente et al., 2021). Развитието на поведението без топка подпомага по-ефективното взаимодействие между състезателите, улеснява процесите на вземане на решения и допринася за изграждането на функционална и координирана отборна структура.

Игровият подход като средство за развитие на комуникацията и взаимодействието

В процеса на игровата дейност се създава естествена среда за формиране на комуникативни умения и координация на действията. Състезателите

развиват способности за вербална и невербална комуникация, както и за синхронизиране на индивидуалните действия с колективната стратегия на отбора. Според Sefa Soccer (2025) в малките игрови формати (small-sided games) сътрудничеството и комуникацията имат ключово значение, тъй като намаленият брой участници повишава необходимостта от координиране на движенията, изграждане на тактически решения и поддържане на отборна сплотеност. Постоянната комуникация между състезателите подпомага ефективното изпълнение на тактическите действия и естествено развива комуникативните умения, включително използването на невербални сигнали като език на тялото и зрителен контакт, което допринася за усъвършенстване на игровото разбиране (soccer IQ). Игровият подход позволява тези умения да се развиват спонтанно и устойчиво в контекста на реални игрови ситуации.

Емоционална регулация и устойчивост чрез игровия подход

Игровите форми предоставят възможност за контролирано преживяване на успех и неуспех, което подпомага изграждането на емоционална устойчивост у състезателите. В игрова среда те се научават да управляват реакциите си след допуснати грешки и да поддържат концентрация в условията на повишено напрежение. Според US Youth Soccer (2023) прилагането на малки игрови формати допринася за развитието на редица социално-психологически качества при децата, сред които чувство за отговорност, емоционална чувствителност, осъзнаване на принципите на честната игра (fair play), умения за достойно приемане на победата и загубата, както и подобряване на комуникацията и емоционалното управление. Отчита се и положително влияние върху разбирането на игровия процес и ангажираността на родителите със спортната дейност на децата. В този контекст се очертават тенденции за развитие на вербалната и невербалната комуникация и за по-ефективно справяне с грешките и напрежението, което има съществено значение за стабилността на игровата изява в състезателни условия.

Усвояване на игровите правила и дисциплина

Чрез прилагането на игрови ситуации с адаптирани правила се улеснява процесът на усвояване и прилагане на официалните правила на играта. Посредством модифицирани игри обучаемите адаптират двигателните си действия към съществената информация в игровата среда чрез практика, което подпомага изграждането на устойчиви информационно-двигателни връзки, насочващи игровото им поведение (Renshaw et al., 2010). Модификациите на правилата се реализират в реален игрови контекст, което позволява на състезателите да осъзнаят причинно-следствената връзка между игровите действия и техните последствия и допринася за формиране на игрова дисциплина и култура.

Ролята на треньора в игровия подход

В рамките на игровия подход треньорът изпълнява ролята на педагог и фасилитатор на обучението, отговорен за създаването и организирането на игровата среда. Неговата намеса се осъществява предимно чрез планиране и

модифициране на игровите ситуации с цел открояване на съществени тактически проблеми, както и чрез системно наблюдение и анализ на поведението на състезателите в игрови условия (Light, Fawns, 2003).

Корекционното въздействие се реализира основно по индиректен път: чрез промяна на правилата, пространството, броя на участниците и игровите задачи, което насочва процесите на откриване, вземане на решения и самокорекция. По този начин се ограничава необходимостта от постоянни вербални инструкции и демонстрации, като се стимулира активното участие и самостоятелното мислене на състезателите. Резултатите подчертават значението на треньора като фасилитатор на игровата среда, при който корекционното въздействие се осъществява чрез планиране и модифициране на игровите условия, а не чрез постоянни директни инструкции.

ДИСКУСИЯ

Въпреки ясно изразените предимства на игровия подход, анализът повдига редица въпроси, свързани с условията и границите на неговата ефективност. На първо място възниква проблемът за степента на структурираност на игровите ситуации. Недостатъчно добре планираните или прекомерно свободни игрови формати могат да доведат до затвърждаване на неефективни игрови модели вместо до тяхната корекция. Това поставя предизвикателство пред треньора по отношение на прецизния подбор и дозиране на игровите задачи. Друг съществен проблем е свързан с индивидуалните различия между състезателите. В отворена игрова среда съществува риск от неравномерно участие, при което по-активните играчи доминират в игровия процес, а по-неуверените остават пасивни. Това налага целенасочено адаптиране на правилата и ролите с цел осигуряване на равни възможности за развитие.

Дискусионен остава и балансът между игровия подход и целенасоченото техническо обучение. Макар игровите ситуации да създават условия за естествено усвояване на умения, в определени етапи от подготовката може да възникне необходимост от допълващи структурирани интервенции.

В обобщение, игровият подход следва да се разглежда като гъвкава методическа рамка, чиято ефективност зависи от качеството на организацията, адаптацията към индивидуалните особености на състезателите и професионалната подготовка на треньора.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Игровият подход се утвърждава като ефективна методическа рамка за оптимизиране на изявиите на подрастващите футболисти, тъй като осигурява обучение в условия, близки до реалната състезателна дейност. Чрез използването на игрови ситуации и малки игрови формати се създават предпоставки за развитие на комплексни игрови компетентности, които не могат да бъдат формирани чрез изолирано техническо трениране.

Особен принос на игровия подход се откроява в развитието на поведението без топка, комуникацията, емоционалната устойчивост и игровата дисциплина. Тези компоненти се изграждат функционално в динамична игрова среда, което подпомага устойчивото пренасяне на усвоените умения в състезателни условия и повишава стабилността на игровата изява.

В този смисъл игровият подход представлява научно обоснован и устойчив модел за подготовка на подрастващи футболисти, който съчетава обучителни и възпитателни функции.

ПРЕПОРЪКИ

Игровият подход следва да се прилага целенасочено и структурирано чрез ясно дефинирани игрови задачи и контролирани модификации на условията (пространство, правила, брой участници) с цел избягване на затвърждаването на неефективни игрови модели и осигуряване на равномерно участие на всички състезатели.

Необходимо е бъдещи изследвания да изяснят границите на приложимост на игровия подход, включително условията, при които той следва да бъде допълван с други методически средства, с цел предотвратяване на едностранчивост в тренировъчната подготовка.

ЛИТЕРАТУРА / REFERENCES

Алексиева, М. (2024). Ключови подходи в подготовката на състезателите по 3х3 баскетбол. *Проблеми и перспективи на физическото възпитание и спорта в условията на глобализация*, т. 4. Велико Търново: Великотърновски университет, 9–19. // **Aleksieva, M. (2024).** *Klyuchovi podhodi v podgotovkata na sastazatelite po 3h3 basketbol*. Problemi i perspektivi na fizicheskoto vazpitanie i sporta v usloviyata na globalizatsiya, vol. 4. Veliko Tarnovo: Velikotarnovski universitet, 9–19.

Алексиева, М., М. Петкова. (2023). *Игровият подход в обучението по баскетбол* (Второ преработено и допълнено издание). Велико Търново: Ай анд Би. // **Aleksieva, M., M. Petkova. (2023).** *Igrovijat podhod v obuchenieto po basketbol* (Second revised and expanded edition). Veliko Tarnovo: I & B.

Беломъжева-Димитрова, С. (2025). *Предизвикателства пред физическото възпитание и спорта при ученици със специални образователни потребности*. Монография. Велико Търново: Ай анд Би // **Belomazheva-Dimitrova, S. (2025).** *Predizvikatelstva pred fizicheskoto vazpitanie i sporta pri uchenitsi sas spetsialni obrazovatelni potrebnosti*. Monografiya. Veliko Tarnovo: Ai and Bi.

Видиновски, М. (2025). *Оздравителни и рекреационни функции на спортното катерене* (монография). Велико Търново: Ай анд Би. // **Vidinovski, M. (2025).** *Ozdravitelni i rekreatsionni funktsii na sportnoto katerene* (monografiya). Veliko Tarnovo: Ai and Bi.

Митрева, Б. (2022). Игри за развиване на технико-тактическите умения в баскетбол 3х3. *Съвременни тенденции на физическото възпитание и спорта* (XIV Международна научна конференция на Департамента по спорт, Софийски университет

„Св. Климент Охридски“). София: УИ „Св. Климент Охридски“, 169–176. // **Mitreva, B. (2022).** Igri za razvivane na tehniko-takticheskite umeniya v basketbol 3h3. In: *Savremenni tendentsii na fizicheskoto vazpitanie i sporta* (XIV International Scientific Conference of the Department of Sport, Sofia University “St. Kliment Ohridski”). Sofia: University Press “St. Kliment Ohridski”, 169–176.

Bunker, D., R. Thorpe. (1982). A model for the teaching of games in secondary schools. *Bulletin of Physical Education*, 18(1), 5–8.

Clemente, F. M., Afonso, J., Castillo, D., Arcos, A. L., & Sarmiento, H. (2021). Small-sided games: An umbrella review of systematic reviews and meta-analyses. *PLoS ONE*, 16(2), Article e0247067.

Fernández-Espínola, C., M. T. Abad Robles, F. J. Giménez Fuentes-Guerra. (2020). Small-sided games as a methodological resource for team sports teaching: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(6), Article 1884. <https://doi.org/10.3390/ijerph17061884>

Harvey, S., K. Jarrett. (2014). A review of the game-centred approaches to teaching and coaching literature since 2006. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 19(3), 278–300.

Light, R., R. Fawns. (2003). Knowing the game: Integrating speech and action in games teaching through TGfU. *Quest*, 55(2), 161–176. <https://doi.org/10.1080/00336297.2003.10491797>

Renshaw, I., Chow, J.-Y., Davids, K., Hammond, J. (2010). A constraints-led perspective to understanding skill acquisition and game play: A basis for integration of motor learning theory and physical education praxis? *Physical Education and Sport Pedagogy*, 15(2), 117–137. <https://doi.org/10.1080/17408980902791586>

БЕЛЕЖКИ

Sefa Soccer. (2025, July 8). *Youth Soccer: Benefits of Small-Sided Games in Player Development*. <https://sefasoccer.com/small-sided-games>

US Youth Soccer. (2023). Small-Sided Games: A New Reality. <https://www.usyouth-soccer.org/wp-content/uploads/sites/160/2023/09/Small-Sided-Games-A-New-Reality.pdf>

THE GAME-BASED APPROACH AS A MEANS OF OPTIMIZING PERFORMANCE IN YOUTH FOOTBALL PLAYERS

Stoyan Denev

St. Cyril and St. Methodius University of Veliko Tarnovo, Bulgaria

Abstract: This article examines the game-based approach as an effective means for optimizing the performance of youth football players within the contemporary training process. In response to the increasing demands placed on young athletes, the

game-based approach is analysed as a pedagogically oriented framework in which learning is conducted through representative game situations closely aligned with real competitive contexts. The focus is placed on the potential of game situations and small-sided games to develop decision-making, off-the-ball behaviour, communication and team interaction, emotional regulation, and game discipline. The analysis demonstrates that purposeful modification of game conditions creates opportunities for functional acquisition of game principles and for sustainable transfer of learned skills to competitive performance. Particular attention is given to the role of the coach as a pedagogical facilitator of the learning environment, whose intervention is predominantly indirect. In conclusion, the game-based approach is identified as a scientifically grounded methodological framework that supports the holistic development of youth football players.

Keywords: *game-based approach, youth football players, small-sided games, decision-making, game behaviour, football.*



доц. д-р Стоян Денев
Великотърновски университет „Св. св. Кирил и Методий“,
Педагогически факултет,
катедра „Теория и методика на физическото възпитание“
ORCID: 0000-0001-5815-7842
e-mail: s.hristov@ts.uni-vt.bg
